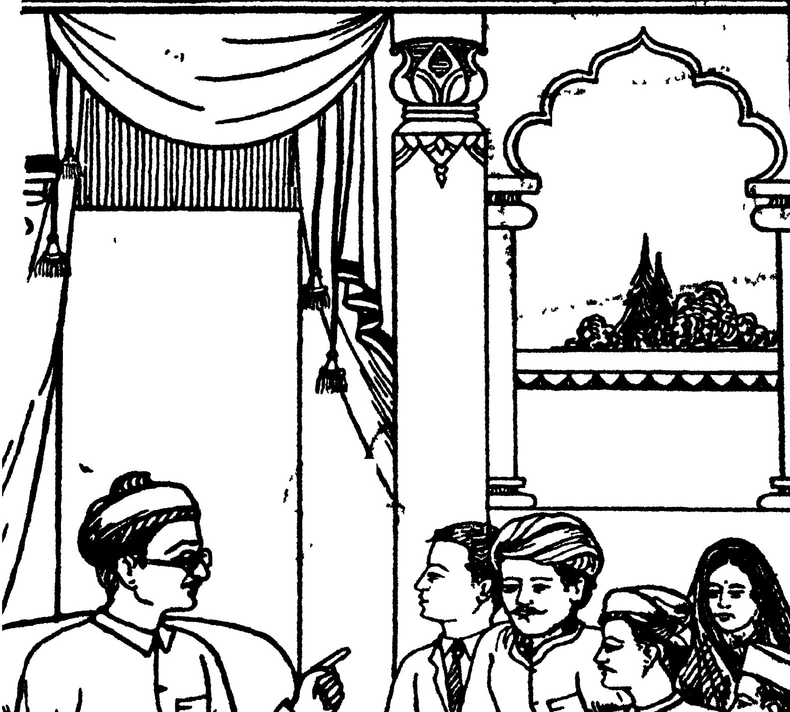
પૂછ્યું અને કહ્યું



લેખક. વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

પૂછ્યું અને કહ્યું

[પ્રથમ ભાગ]

લેખક અને પ્રકાશક :

વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

અનુભૂત યોગાવલી : સંતતિસંયમન : શીતળા : ચંદ્રોદય એટલે શું ? : રખે વહેમાતા : નવ દંપતિને : પુત્રદા અને પારણું : વીણેલાં : બા અને બાળક : વગેરેના લેખક અને

સંચાલક :. વિશાળ ઔષધ ભંડાર

પાટડી. (જી. અમદાવાદ)

પ્રથમાવૃત્તિ પ્રત ૧૦૦૦

સંવત ૧૯૯૭ સને ૧૯૪૧

મૂલ્ય રૂ. ૧-૮-૦

સાચો, સ્પષ્ટ, સરલ અને સુમધુર સલાહકાર
માનવીને માર્ગદર્શક બની, તેના મનમાં અપ્રતિમ,
અદ્ભુત અને અનેરો આત્મસંતોષ પ્રકટાવે છે.

મુદ્રક: ચંદુલાલ જેઠાલાલ વ્યાસ
મુદ્રણસ્થાન: સ્વાશ્રય મુદ્રણાલય: રાણપુર

અર્પણ

卐

કોને કરું ? ખરી રીતે તો તન-મનનાં
દુઃખીયાં જે માનવીઓએ વિધવિધ
પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછી,
મારી પાસેથી તેના જવાબોની પ્રતીક્ષા કરી છે,
તે પ્રશ્નક બંધુ-ભગિનીઓ
અર્પણનાં ખરાં હક્કદાર છે.
તેમને તથા તેમના જેવાં માનવીઓને
આ ગ્રંથ અર્પણ હો.

વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

દિગ્ દર્શન

જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ઇચ્છા સજીવ સૃષ્ટિમાં નાનાથી મોટા દરેકને રહ્યા કરે છે. જ્ઞાન એ જ જીવનની પ્રગતિને સિદ્ધ કરનારૂં સબળ સાધન છે. અને આપણે તે જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ઊંડાણમાં ઉતરીએ છીએ ત્યારે તેમાં રહેલું વિશિષ્ટ પ્રકારનું જ્ઞાન—વિજ્ઞાન આપણને દિવ્ય દૃષ્ટિ આપે છે. એ વિજ્ઞાન અત્યારે પોતાના બાહુને કેટલા બધા વિસ્તારી રહ્યું છે તે આપણે જોઇએ છીએ. એવી કોઇ પણ દિશા બાકી રહી નથી કે જ્યાં વિજ્ઞાનની વિશાળ દૃષ્ટિ પડી ન હોય.

પરંતુ જે વિજ્ઞાન અત્યારે આખાય જગતમાં ઝડપીમાં ઝડપી ગણાતાં પ્રકાશનાં કિરણો કરતાંયે અધિક વેગથી વિસ્તાર પામી રહ્યું છે, તે વિજ્ઞાનનું મૂળ કયે સ્થળે છે? '**मन एव मनुष्याणां कारणं बन्ध मोक्षयो:**' માનવજાતિના બંધન અને મુક્તિનું કારણ મન છે, અને તેથી જ સમજી શકાય છે કે વિજ્ઞાનનું મૂળ પણ એ મનમાં જ છે.

એ તો અનુભવથી સિદ્ધ થયેલી વાત છે કે મનમાં તરંગો ઉઠે છે, મન અવનવી કલ્પના કરે છે, મન જુદા જુદા તર્કો કરે છે,

અને આગળ વધીને મન ભિન્ન ભિન્ન અનુમાનો દ્વારા પોતાના તર્કની, પોતાની કલ્પનાની, પોતાના તરંગોની કસોટી કરે છે. એટલે જગતમાં સર્વોપરિ સત્તા જો કોઇની ચાલતી હોય તો તે એક મનની જ છે. આખા બ્રહ્માંડમાં એવી કોઇ ચીજ નથી કે જેનો વેગ મનના વેગ કરતાં વધારે હોય.

ખગોળવેત્તાઓ જણાવે છે કે પ્રકાશનો વેગ એક સેકન્ડનો એક લાખ અને છાશી હજાર માઇલનો છે. એ ગણતરીને આધારે તેમણે પ્રકાશ-વર્ષનો પણ નિર્ણય કર્યો છે. તેઓ જણાવે છે કે બ્રહ્માંડમાં કેટલાક તારા તો આપણી પૃથ્વીથી એટલા દૂર છે કે એ તારાના પ્રકાશને ત્યાંથી નિકળીને આપણી પૃથ્વીપર પહોંચતાં એક સેકન્ડના ૧ લાખ ૮૬ હજાર માઇલની ગતિથી ચાલતાં ૨૦૦ વર્ષ લાગે છે. અર્થાત્ એ તારા આજથી બસો વર્ષ પહેલાં પ્રકાશેલા, એ પ્રકાશ અત્યારે આપણે જોઇએ છીએ, અને તેમનો આજનો પ્રકાશ તો આજથી ૨૦૦ વર્ષ પછી આપણી પૃથ્વીપર વસતાં માનવીઓની દૃષ્ટિએ પડશે.

આ થઇ પ્રકાશની ગતિની વાત. આપણને એ અતિ અદ્ભુત અને આશ્ચર્યજનક લાગે છે, પરંતુ સહુથી વધારે વેગવાળા ગણાતા એ પ્રકાશ કરતાં પણ મનની ગતિ અનેકગણી વધારે છે. જે તારાના પ્રકાશને આપણી પૃથ્વી ઉપર પહોંચતાં ૨૦૦ કિંવા ૨૦૦૦ કે ૧૨૦૦૦ વરસ અથવા એથી પણ અનેકગણાં વરસ લાગતાં હોય, તે તારા ઉપર કિંવા તેના કરતાં યે દૂરમાં દૂર રહેલા કોઇ તારા ઉપર આપણું મન એક સેકન્ડ તો શું, પણ એક સેકન્ડના સોમા ભાગમાં પહોંચી જાય છે, અરે એક સેકન્ડમાં તો આપણું મન આખાય બ્રહ્માંડનો પ્રવાસ કરી વળે છે.

મનની માત્ર એ એક જ અદ્ભુત શક્તિ છે એમ નથી. મનની કલ્પનાશક્તિ પણ એટલી જ અદ્ભુત છે. મનની સ્વતંત્રતા પણ એટલી જ આશ્ચર્યજનક છે.

જગતનાં માનવીઓ જાતભાતનાં દુઃખો, સંકટો, આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિઓથી યુક્ત જોવામાં આવે છે. તેમની એ સંકટગ્રસ્ત, વ્યાધિગ્રસ્ત સ્થિતિમાં તેમનું મન મોટો ભાગ ભજવે છે. એ જ રીતે એવાં સંકટો તથા વ્યાધિઓમાંથી મુક્તિ મેળવવામાં પણ મનનો મોટો હિસ્સો રહેલો હોય છે.

આપણે જાણીએ છીએ કે '**विनाजीर्णो नहि ज्वरः**' અર્થાત્ પેટમાં અજીર્ણ થયા વગર તાવ આવતો નથી, એટલે તાવને દૂર કરવો હોય તો ઉપવાસાદિ પ્રયોગોથી જ તે જલ્દી દૂર થઇ શકે. પરંતુ એક સુરતી ગૃહસ્થનો મને અનુભવ છે. કાઠિયાવાડના દેશી રાજ્યમાં તે મોટા હોદ્દા ઉપર હતા, તેઓ ઓફીસમાં બેઠા હોય, તે વખતે તેમના શરીરમાં ઉકરાંટાં આવે, તાવ ભરાતો લાગે, એટલે તે પટાવાળા સાથે ઘેર પોતાનાં પત્નીને કહેવરાવે કે 'આજે તાવ આવ્યો છે, માટે સ્હાંજે શીરો, પૂરી, ભજીયાં, દાળ, ભાત અને કઢી બનાવજો!'

તાવને કારણે ચાલી શકાય એવું ન હોય તો ગાડી કરીને ઓફીસેથી ઘેર જાય, અને સ્હાંજે વાળુમાં તેમની સૂચના પ્રમાણે બનાવેલા અજીર્ણને વધારનારા ગરીષ્ટ પદાર્થોનું યથેચ્છ ભોજન કરે. પરન્તુ અદ્ભુતતા તો એ કે એ રાત્રે તેમને તાવ ઉતરી ગયો હોય અને બીજે દિવસે સ્હવારે પૂર્ણ પ્રફુલ્લ બની ગયા હોય!

કેટલાકને પુષ્કળ છાશ પીવાથી તાવ ઉતરી જાય છે! એક ડોક્ટર પોતાને ત્યાં આવતા તાવના દરદીને દવા આપે, પણ ઉપરથી કહે કે એક વાટકો ભરીને છાશ તેમાં થોડું મીઠું નાંખીને પીજો!

આવા ઉપચારોથી તાવ ઉતરી જાય છે, તેમાં મુખ્ય ભાગ મન જ ભજવે છે. એવું જણાવવામાં આવે છે કે અગાઉ હિન્દુસ્તાનમાં ગાંઠીયા તાવ (બ્યુબોનીક પ્લેગ)ની મહામારી વખતે લગભગ અર્ધોઅર્ધ માનવીઓ તો કેવળ તેમના મનમાં ઉત્પન્ન થતી

ભીતિને કારણે જ એ ગાંઠીયા તાવના ભોગ બનીને મહાકાળનું શરણું સ્વીકારતા હતા.

આમાં કશી અતિશયોક્તિ કિંવા અનુચિત ઉક્તિ હોવાનું ન માનશો. મન મારે છે, મન તારે છે, એનું કારણ એ છે કે એ મનની શક્તિ સહુ કરતાં વધારે છે.

કોઇ પણ બાળકના મન ઉપર નાનપણમાં થયેલી અસર જીવન-પર્યંત ભુંસાતી નથી. કેટલાક મહાન વીર પુરૂષોના દૃષ્ટાન્તો ઇતિહાસમાં મોજુદ છે. તેઓ રણાંગણમાં શત્રુઓની સામે લેશ પણ ભીતિ વગર, પ્રાણની પરવા કર્યા વગર, પૂરા જોરશોરથી ઝઝુમે છે. પણ એ જ વીર પુરૂષ પોતાના દીવાનખાનામાં બેઠો હોય અને એકાદો ઉંદર ચુંચું અવાજ કરે કિંવા કોઇ બિલાડી મ્યાંઉં–મ્યાંઉં અવાજ કરે, તો એથી તે ચમકી જાય છે, તેની છાતી ધડક–ધડક થવા લાગે છે!

શું તે ઉંદર અથવા બિલાડીથી ડરે છે? ના, ઉંદર કે બિલાડી તેને ભયકારક નથી લાગતાં, પરંતુ નાનપણમાં તેના મને ચું–ચું કે મ્યાંઉં–મ્યાંઉંથી ઉપજેલા ભયની ગ્રહણ કરેલી અસર કાયમને માટે તેના દિલમાં કામ કર્યા કરે છે.

મારા પ્રસંગમાં આવતા દરદીનાં દરદનું નિદાન હું કરૂં છું. એ વખતે તેમના માનસનો અભ્યાસ કરવાની મને તક મળે છે, અને તે ઉપરથી જાણી શકાય છે કે તેમને જે દરદ લાગૂ પડયું હોય છે, તેનું મૂળ કારણ તેમણે નાનપણમાં કરેલી કોઇ ભૂલ જ હોય છે, અને મુખ્યત્વે તેમાં તેમના મને જ મોટો ભાગ ભજવેલો હોય છે.

મને લાગે છે કે જો વૈદ્ય કે ડાકટર માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસી હોય તો તે દરદીના દરદને, તેના સ્વભાવને, તેની ઇચ્છાઓને, તેના ભૂતકાળને ઓળખીને તેના દરદની એવી ચિકિત્સા કરી શકે કે તેમાં તેને જરૂર યશની પ્રાપ્તિ થાય.

એ માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ પુસ્તકો દ્વારા જ થઇ શકે એમ માનવાની કશી જરૂર નથી, માનસશાસ્ત્રનું ખરૂં જ્ઞાન તો તમારી

અભ્યાસુ વૃત્તિ જ કરાવી આપે છે. આપણામાં એક કહેવત છે કે 'મનોમન સાક્ષી' એટલે કે સામાના દિલમાં જે વિચાર ચાલી રહેલો હોય તેનું તમારા આંતરમનને સ્ફુરણ થાય છે, અને તમે તેના એ વિચારને લગતી જ વાત ઉચ્ચારો છો ત્યારે તેને આશ્ચર્ય થાય છે. પરંતુ એમાં આશ્ચર્ય પામવા જેવું કશું નથી. એ તો કુદરતી રીતે જ અનુભવ વડે તમને પ્રાપ્ત થયેલા મનોવિજ્ઞાનનો ચમત્કાર છે.

એક વિશેષ ચમત્કાર બતાવું: ઇચ્છા હોય તો અખતરો કરી જોજો: તમારી સામે દશ-બાર વરસના બાળકને બેસારો: એક ગંજીપો લ્યો. લાલ, કાળી, ચોકટ અને ફુલેવરનાં તેર-તેર પાનાં જૂદાં કરી તેની ચાર ઢગલી કરો, એ બાળકને કહો કે તે એના મનમાં આમાંથી એક ઢગલીને પસંદ કરે. પછી કહો કે તેણે પસંદ કરેલા રંગમાંથી તે એક્કો, બાદશાહ, રાણી, ગુલામ, દશો, નવો, અઠ્ઠો, સત્તો, છગો, પંચો, ચોગો, ત્રીડી અને દુડી-એ તેર પાનામાંથી એક પાનું મનમાં ધારી લે.

આટલું કર્યા પછી તમે ખુશાલીની સાથે તેને કહેજો કે તેણે લાલનો એક્કો ધાર્યો છે. એનો જવાબ તમને સેંકડે નેવુ ટકા હકારમાં મળશે. તેનું કારણ એ છે કે સામાન્ય રીતે લાલ રંગનું આકર્ષણ વિશેષ હોય છે. તેમાં પણ ચોકડી કરતાં લાલની બદામ વધારે આકર્ષક લાગે છે, અને એ રંગમાં બાળકનું મન સ્વાભાવિક રીતે જ સહુથી વધુ ભારે એક્કા તરફ આકર્ષાય છે.

આમાં કોઇ હાથચાલાકી નથી, જાદુ નથી, માત્ર માનસશાસ્ત્રના અભ્યાસનું જ પરિણામ છે. એવી રીતે જો તમે તમારા અભ્યાસને આગળ વધારો તો અનેક ચમત્કારો કરી શકો.

આપણા મુખ્ય મુદ્દાને એ ચમત્કારો સાથે સંબંધ નથી. આપણે તો વાસ્તવિકતામાં વિચરવાનું છે. આટલું વિવેચન કરવામાં મારો

મુખ્ય ઉદ્દેશ જુદો જ છે. હું એ બતાવવા માગું છું કે આ પુસ્તકમાં વાચકોના પ્રશ્નો તથા તેના મારી તરફથી અપાયેલા જવાબો તમે ઉપલક દૃષ્ટિએ નહિ વાંચતાં, જો શાંતિથી વિચાર અને અભ્યાસપૂર્વક વાંચશો તો તમને તેમાં સ્થળે સ્થળે માનસશાસ્ત્રનું જ્ઞાન વેરાયેલું માલૂમ પડશે.

આ પુસ્તકનું નામ 'પૂછ્યું અને કહ્યું' શા માટે? એનો ખુલાસો કરતા પહેલાં એક વાત કહી લઉં. સને ૧૯૩૯ ની સાલમાં હું પાટડીથી સાવર-કુંડલા જતો હતો, તે દરમ્યાન એક દિવસ રાણપુરમાં 'બહુરૂપી' ના તંત્રી પાસે રોકાયો. કેટલુંક કામ પણ હતું. તે દિવસે તેમની ટપાલમાં આવેલા પત્રોમાંથી બે-ત્રણ પત્રો તેમણે મને બતાવ્યા. એ પત્રો 'બહુરૂપી' ના વાચકો તરફના હતા. તેમણે પોતાની કેટલીક મુંઝવણો અને મુશ્કેલીઓની વિગતો રજૂ કરીને માર્ગદર્શન માંગ્યું હતું. પત્રોમાં આર્દ્રતા હતી, કરૂણા હતી, દુઃખથી ભરેલા અંતરની વેદના હતી.

મેં તંત્રીને પૂછ્યું : 'આ પત્રોના જવાબ તમે કેવી રીતે આપો છો ?'

તેમણે જણાવ્યું : 'આવા પત્રો અવારનવાર મને મળે છે. વાચકો મારી ઉપર સ્વાભાવિક રીતે જ વિશ્વાસ મૂકે છે કે હું તેમને માર્ગદર્શન કરાવી શકીશ. એથી કેટલાય વાચકો આવી રીતે મારી ઉપર પત્રો લખવા પ્રેરાય છે. પરંતુ અનેક પ્રકારની મારી પ્રવૃત્તિને કારણે હું તેમને વ્યક્તિગત જવાબ આપી શકતો નથી. કોઇ કોઇ વાર 'બહુરૂપી' માં સીધી યા આડકતરી રીતે તેમને તેમની મુંઝવણમાં માર્ગ મળી જાય એવું લખું છું. પરંતુ એથી બધાને ન્યાય આપી શકાતો નથી.'

એ વેળાએ સ્વાભાવિક રીતે જ મારા મનમાં સ્ફુરણ થયું અને મેં શ્રી. ચંદુભાઇ પાસે પ્રસ્તાવ મૂકયો : 'જો તમને યોગ્ય

લાગતું હોય તો તમે 'બહુરૂપી' માં એક નિયમિત વિભાગ ખોલો. તેના જે વાચકો તન–મનનાં દુઃખીયાં હોય, શારીરિક અને માનસિક મુંઝવણથી હેરાન–પરેશાન બનતાં હોય, તેઓ જો મને તેમની મુંઝવણ જણાવશે તો હું 'બહુરૂપી' દ્વારા અથવા સીધી રીતે તેમના વલોવાતા અંતરને શાંતિ આપવાનો યત્ન કરીશ.'

મારો એ પ્રસ્તાવ તંત્રીને રૂચ્યો. અને પછી તેમણે 'બહુરૂપી'ના વાચક બળવાન બને' એ શિર્ષકવાળો વિભાગ શરૂ કર્યો. ત્યારથી મારી ઉપર સંખ્યાબંધ વાચકો–સ્ત્રીઓ અને પુરૂષોના પત્રો આવવા લાગ્યા. તેમાં તેઓ પોતાના વિધવિધ વ્યાધિઓને લગતા, માનસિક મુંઝવણોને લગતા, પતિ–પત્ની વચ્ચે ઉભા થતા કટુતાભર્યા કલહોને લગતા, અને એમ જાતભાતના પ્રશ્નો પૂછવા લાગ્યા.

પ્રશ્નો પૂછનારાઓમાં વૃદ્ધો હતા, પ્રૌઢો હતા, યુવાનો હતા અને જેમને બાળક કહી શકાય એવા કુમારો પણ હતા : પુરૂષો હતા અને સ્ત્રીઓ પણ હતી.

એ પ્રશ્નો અને તેના જવાબો 'બહુરૂપી' માં નિયમિત રીતે પ્રગટ થવા લાગ્યા. અત્યારે પણ તે ચાલુ જ છે.

હું માનું છું અને જાણું છું, તથા 'બહુરૂપી'ના તંત્રી પણ કહે છે કે આ પ્રશ્નોત્તરો વાચકના દિલને ભારે આકર્ષી રહ્યા છે. અમુક સમય પસાર થયા પછી તો ઘણા વાચકો તરફથી માગણી આવવા લાગી કે આ પ્રશ્નોત્તરો સ્વતંત્ર પુસ્તકાકારે પ્રકટ થાય તો સારૂં. મને પણ તેમાં તથ્ય લાગ્યું. કારણ કે 'બહુરૂપી'ના નિયમિત વાંચનારા ઉપરાંત અનિયમિત રીતે વાંચનારા પણ ઘણા હોય છે. તેમને માટે પુસ્તકાકારે પ્રકટ થયેલા આ પ્રશ્નોત્તરો વધારે ઉપયોગી બને.

કોઈ કહેશે કે એક અમુક ભાઈ કે બ્હેને પોતાના અમુક દરદ કે દરદો વિષે તમારી પાસે ઉપાય માગ્યો, પોતાના મનની અમુક પ્રકારની મુંઝવણ બાબત તમારી પાસે માર્ગદર્શન માગ્યું. તમે તેને

દરદનો ઉપાય દર્શાવો કિંવા તેની મુંઝવણને ટાળવાનો માર્ગ દર્શાવો. તે ભલે સચોટ હોય, તેને લાભકર્તા હોય, પણ એથી બીજાને શો લાભ?

સંસાર–વ્યવહારનો અનુભવી હોય તે તો આવો પ્રશ્ન ન જ કરે, પરંતુ અમુક પ્રકારના કટાક્ષ કે ટીકાની દૃષ્ટિથી જો કોઇ આવો પ્રશ્ન કરે તો તેને પણ મારે જવાબ આપવો જોઇએ–તેના મનની એ વિષયની મુંઝવણ ટાળવી જોઇએ.

વારૂ, ત્યારે એ ભાઇ સામાન્ય રીતે વિચાર કરશે તો તેને જણાશે કે જગતમાં કોટયાવધિ માનવીઓ છે. એમ કહેવાય છે કે કોઇ પણ એક માનવીનાં આંગળાંની છાપ બીજા માનવીનાં આંગળાંની છાપ સાથે મળતી આવતી નથી. એ સિદ્ધાન્ત ઉપર તો આગળ વધેલા દેશોના નિષ્ણાત ગુન્હાશોધકોએ ગુન્હેગારોનાં આંગળાંની છાપોનાં રજીસ્ટર બનાવ્યાં છે, એ વિષેના સાહિત્યની ચર્ચા કરી છે અને પોતાના હેતુની સિદ્ધિમાં તેનો ઉપયોગ પણ તેઓ કરે છે.

પરંતુ કોઇ એમ કહી શકશે કે જગતના જુદા જુદા માનવીઓ સમાન વ્યાધિથી, સમાન કષ્ટથી, એક જ સરખી માનસિક મુંઝવણથી ચિંતિત બનતા નથી? દુઃખી થતા નથી? એમ કોઇથી પણ કહી શકાય તેમ નથી. બે માનવીઓનાં આંગળાંની છાપ એક સરખી ન હોય, બે માનવીઓનાં નાકનાં ટેરવાં એક સરખાં ન હોય, બે માનવીઓની આંખોની કીકીઓ અને ડોળા કદાચ એક સરખાં ન હોય; તથાપિ બે તો શું પણ સેંકડો માનવીઓ સમદુઃખી, એક જ પ્રકારના વ્યાધિથી ગ્રસ્ત, એક જ સરખી માનસિક મુંઝવણવાળા જોવામાં આવે છે.

એટલે એક ભાઇના વ્યાધિ કે મુંઝવણનો પ્રશ્ન અને તેના મારી તરફથી અપાયેલા ઉત્તરમાં દર્શાવેલો ઉપાય માત્ર તેને જ નહિ પરંતુ તેના જેવા સમદુઃખી અન્ય સંખ્યાબંધ વાચકોને ઉપયોગી બને એ તદ્દન સ્પષ્ટ અને સિદ્ધ થયેલી બાબત છે.

એટલું જ માત્ર નહિ પણ કેટલીક વાર એક માનવીએ કરેલા દોષનું દર્શન અને તેનું નિવારણ કરવાને માટે અપાયેલું સૂચન, અન્ય માનવી કે જેણે એવો દોષ ન કર્યો હોય તેને પણ તેના ભાવી કાર્યક્રમમાં માર્ગદર્શક બને છે, અને તે જ્ઞાતા તથા સારાસારનો વિવેક સમજનાર હોય છે તો એવી ભૂલો કરવામાંથી બચી જાય છે. માટે આવું સાહિત્ય, ભલે તેમાં એક ચોક્કસ વ્યક્તિને ઉદ્દેશીને જવાબ આપવામાં આવ્યો હોય, તેમ છતાં પણ તે તેના દરેક વાચકને ઉપયોગી બને છે અને તેના પૂરાવારૂપે ઘણા વાચકો તરફથી મને પત્રો પણ મળ્યા છે. તેને પુસ્તકાકારે પ્રકટ કરવાની થયેલી માગણી તથા અગાઉથી નોંધાયેલા સંખ્યાબંધ ગ્રાહકો જ તેનો પ્રત્યક્ષ પુરાવો છે.

આ પુસ્તકમાં શું છે એ તો વાચકો હવે સમજી ગયા હશે. તેમાં કોઇ એવો ગહન વિષય નથી કે તેનું અહીં સ્પષ્ટિકરણ કરવું પડે. અનેક બન્ધુ–ભગિનીઓના વિધવિધ પ્રશ્નો અને તેના મારી તરફથી અપાયેલા જવાબો તમને આ ગ્રંથમાંથી સાંપડશે.

પરંતુ એ પ્રશ્નોની પાછળ એક અનેરું તત્ત્વ રહેલું છે. એક ભાઇ યા બ્હેન અમુક પ્રશ્ન કરે છે. એ પ્રશ્ન જ્યારે આપણે વાંચીએ છીએ ત્યારે આપણા દિલમાં જાતભાતના ભાવ પ્રકટે છે. આવો પ્રશ્ન તેણે કે તેને શા માટે કર્યો ? આ પ્રશ્ન કરતી વખતે તેના મનમાં કેવા પ્રકારનો વિચાર ચાલી રહ્યો હશે ? કેટલાક પ્રશ્નો એવા પણ હોય છે કે તે ઉપરથી પ્રશ્ન કરનારનું માનસ, તેની ખાસીયત, તેની ટેવો. આદિનું આબેહૂબ ચિત્ર આપણી સમક્ષ ખડું થાય છે. તમે શાંતિપૂર્વક એ બધા પ્રશ્નો જ માત્ર વાંચી જાઓ, તો પણ તેમાંથી તમોને તાત્ત્વિક દૃષ્ટિએ ઘણું ઉપયોગી થાય તેવું જોવા–જાણવાનું મળી આવશે.

માત્ર એક વસ્તુથી મારા અંતરાત્માને ઉંડો ખેદ થાય છે. જે મારા ભારતવર્ષના ભાવી નાગરિકો બનવાના છે, જેમની સહાયથી

ભારતમાતા પોતાની આઝાદીની અપેક્ષા રાખી રહી છે, એ ઉગતા યુવાનોના મારી ઉપર આવતા પત્રો વાંચીને મારૂં અંતર રડી ઉઠે છે.

શું ભારતવર્ષનો યુવાન આટલો પુરૂષત્વહીન, આટલો નિઃસત્વ, આટલો નિર્બળ બની ગયો છે? દુર્દૈવ દેશનું છે કે તેમની એ સ્થિતિ સુધારનારૂં નહિ પણ ઉલટી તેને વધારે બગાડનારૂં વાતાવરણ પેદા થતું જાય છે-વધતું જાય છે.

મહાત્મા ગાંધીજીએ ભારતવર્ષના યુવાનોને-સમગ્ર જનતાને ચારિત્ર્યશીલ, સરલ, સત્યવક્તા, સ્પષ્ટવક્તા, આત્મભોગી અને સંપૂર્ણ સાદાઇમાં સાચું સુખ સમજનાર બનાવવાનું બીડું ઝડપ્યું છે. તે માટેનો એ નરપુંગવ, વિશ્વવંદ્ય, વિરલ વિભૂતિનો પ્રયત્ન એક સરખો ચાલ્યા કર્યો છે. પરંતુ તેનું પરિણામ?

હું નિરાશાવાદી નથી, એમ છતાં પણ મને લાગે છે કે યુવાન માનસ ઉપર તેની ધારી અસર નથી થઇ.

એમ તો ભગવાન બુદ્ધદેવે પણ અહિંસા, ચારિત્ર્ય, સચ્ચાઇ અને સંસારથી સંન્યાસનો અદ્દભુત અને મોક્ષમાર્ગની પ્રાપ્તિ કરાવનારો મહામંત્ર કયાં નહોતો ફુંકયો?

પણ તેનું પરિણામ ઇતિહાસને પાને મોજુદ છે. એ બુદ્ધ ભગવાનના અનુયાયીઓ—બૌદ્ધોમાં વધી ગયેલો અનાચાર માત્ર એ સંપ્રદાયનો જ વિનાશ કરીને અટકયો ન હતો, ભારતવર્ષનો વિનિપાત પણ એ અનાચારે જ કર્યો હતો. ત્યારે એ ભૂતકાળનો અનુભવ અત્યારે પણ કામ ન આવે તો પછી શું કામનું?

ભારતવર્ષને આઝાદ બનાવવાની તમન્ના ધરાવનાર યુવાનો તેમની સામે ચારિત્ર્યભ્રષ્ટતાના રહેલા ભયસ્થાનથી ચેતે, '**भवति विनिपातः शतमुखः**' એ અનુભવપૂર્ણ શબ્દોને યાદ રાખે.

એવા ભાઇઓને મેં આ પુસ્તકમાં જવાબ આપ્યા છે. અન્ય બંધુઓ પણ તે વાંચે અને તે પોતે, તેમના આત્મીય જનો, બાળકો અને બંધુઓ એ ભયસ્થાનથી અળગા રહે એવી આકાંક્ષા હું રાખું છું.

અહીં એક વસ્તુનું સૂચન કરી લઉં. મેં વાચકોના પ્રશ્નોના જવાબ આપવામાં મારી મર્યાદા નક્કી કરેલી છે, સામાન્ય રીતે શારીરિક આરોગ્ય વિષેના પ્રશ્નોના જવાબોની વાચક મારી પાસેથી અપેક્ષા રાખી શકે. ઉપરાંત વાચકના મનને મુંઝવતી કેટલીક માનસિક ઉપાધિઓમાં પણ હું મારા અનુભવ વડે તેમને માર્ગદર્શન કરાવી શકું. પરંતુ કેટલાક અટપટા પ્રશ્નો મારી સમક્ષ રજૂ થાય છે. તે જુદી જુદી ધંધાદારી બાબતને લગતા હોય છે. કોઇ વ્યાવહારિક ગુંચવણોને લગતા હોય છે. જ્યારે એવા પ્રશ્નો મારી સામે આવે છે ત્યારે હું કોઇ વાર મુંઝાઇ જાઉં છું. ગમે તેવો ગોળ ગોળ જવાબ આપવાથી કાંઇ પ્રશ્નકને સંતોષ ન જ થઇ શકે. મારો ઉત્તર તો તેના હૃદયને સ્પર્શનારો હોવો જોઇએ.

એવા મનમુંઝવણના પ્રસંગોમાં મારા પાટડીનિવાસી મિત્રો શેઠ શ્રી. પોપટલાલ છગનલાલ અખ્યારૂ તથા ભાઇ શ્રી. લક્ષ્મીશંકર અમથારામ પંડયા મને કોઇ કોઇ વાર ભારે ઉપયોગી થયા છે. આ વ્યવહાર-કુશળ અને ધંધાદારી બાબતોમાં પણ ઉંડો અનુભવ ધરાવનાર બંધુઓની પાસે, કોઇ વાર એવા પ્રશ્નકો તરફથી આવેલા પત્રોમાંહેના અટપટા કોયડા હું રજૂ કરૂં છું, તેમનો અભિપ્રાય મેળવું છું, અને એ અભિપ્રાયને મારી વિચારસરણીની કસોટીએ ચડાવીને વાચક સમક્ષ રજૂ કરૂં છું. અર્થાત્ કોઇ કોઇ વાર મારા આ સુહૃદ મિત્રોની સહાય વાચકોને સંતોષવામાં મને ભારે ઉપયોગી બને છે.

આ પુસ્તક ધાર્યા કરતાં સ્હેજ મોડું પ્રગટ થાય છે. તે માટે તો ઇન્તેજાર વાચક—બન્ધુ ભગિનીઓની ક્ષમા જ યાચવાની રહી.

અત્યારે કાગળો વગેરે છાપકામને લગતા ભાવ અતિઘણા વધી ગયા છે—વધતા જ જાય છે. છતાં પણ સહુ વાચકોને પોષાય એ હેતુથી આ પુસ્તકની કિંમત મધ્યમ જ રાખી છે.

હજી પણ 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થઇ ગયેલા ઘણા પ્રશ્નો અને તેના ઉત્તરો ફાઇલમાં પડયા છે. ઉપરાંત દર અંકે પ્રશ્નોત્તરો ચાલૂ જ હોય છે. તે સર્વ **'પૂછયું અને કહ્યું'–ભાગ ૨ જામાં** વાચકો જોઇ શકશે.

આ પુસ્તકમાં અનુક્રમણિકા આપવામાં આવી નથી. પુસ્તક જોવાથી જ ખાતરી થશે કે અનુક્રમણિકા આપવાનો કશો અર્થ નથી. કેમકે એથી વિષયસૂચન થઇ શકે તેમ નથી. પ્રથમ આ પ્રશ્નોત્તરોનું જુદા જુદા વિષયોમાં વિભાગીકરણ કરવાનો વિચાર થયેલો. પરંતુ એક જ ભાઇના પ્રશ્નોમાં જુદી જુદી બે–ત્રણ બાબતો સમાયેલી હોય, પોતાનાં તથા અન્ય જનોનાં જુદાં જુદાં દરદો કે મુંઝવણોના ઉપાયો માગ્યા હોય, તેને ભિન્ન ભિન્ન વિષયવાર વહેંચવાનું કેવી રીતે બની શકે! એટલે અનુક્રમે જ પ્રશ્નોત્તરો આપ્યા છે. જો કે તમે ગમે તે પૃષ્ટ ઉપરનો કોઇ પણ પ્રશ્નોત્તર વાંચશો તો પણ તેમાંથી તમને તેમ જ તમારા મિત્રપરિવારને કાંઇ ને કાંઇ જાણવાનું જરૂર મળી આવશે.

હવે મારે કશું વિશેષ કહેવાનું નથી. જે પરમકૃપાળુ દયાઘન પરમાત્માની કૃપાથી એક સામાન્ય માનવી છતાં હું મારી યથામતિ–શક્તિ દ્વારા જનતા–જનાર્દનની આ રીતે સેવા કરી શકયો છું–કરી શકું છું, તેમને ઉપયોગી થાઉં છું, તે જ રીતે ભવિષ્યમાં પણ તેમની સેવા બજાવું, તેમને ઉપયોગી થાઉં, અને એ રીતે મારા આત્મસંતોષને અનેરો આહ્લાદપૂર્ણ બનાવી શકું, એવી પરમકૃપાળુ પરમાત્મા મને બુદ્ધિ આપો, શક્તિ આપો, સામર્થ્ય આપો, સાનુકૂળતા આપો. અને છેવટે તો એક જ ઇચ્છા–અભ્યર્થના કે પ્રભુ જગતનાં પ્રાણી માત્રને પૂર્ણપણે કલ્યાણદાતા બનો. **इति शिवम्.**

પાટડી | જનતા–જનાર્દનનો સાચો સેવક
રામનવમીઃ સં. ૧૯૯૭ | **વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી.**



વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

'આયુર્વેદ દીવાકર'

પાટડી : (જી. અમદાવાદ)

પૂછ્યું અને કહ્યું

(૧) એક દુઃખી યુવક

પ્રિય ભાઈ ! પત્ર મળ્યો. આપના શરીર સમ્બંધમાં એક અંગની અપૂર્ણ ખીલવટ માટે મારી સલાહ માગી છે, અને એ પણ ગુપ્ત અંગ માટે !

બિરાદર ! આ બાબતમાં થોડાક કાળથી આપણા પુરૂષ વર્ગમાં એક પ્રકારનો ખોટો મોહ પેદા થયો છે. ગુપ્તાંગનું પ્રમાણ કેટલું હોય ? તેનો હિસાબ કામવિજ્ઞાનના ગ્રંથોમાંથી મળે છે. પરંતુ આ વિષય કામશાસ્ત્રનો હોઇ તેની વિશેષ છણાવટ આવા સામયિકમાં ન થઇ શકે.

તથાપિ કસરતના સિદ્ધાંત મુજબ જે અંગને ખીલવવાની જરૂર હોય તે અંગને–મસાજ–માલીસ કરવું એ હિતાવહ છે. એટલે આપે ભલે અત્યારસુધીમાં દવાઓ કરી, પરંતુ હવે કોઇ દવાની જરૂર નથી કે નથી જરૂર તીલાની. માત્ર સવાર રહાંજ ચોખ્ખા તલના તેલથી ગુપ્ત ભાગની ધોરી નસો ઉપર માલીસ કરો, તેમજ બન્ને સાથળના મૂળ ઉપર એકેક મહિના માલીસ કરો. જરૂર વૃદ્ધિ અને પુષ્ટતા મળશે. માત્ર સંભાળ એ રાખશો કે ઠંડા પાણીથી ગુપ્તાંગ કદિ પણ ધોશો નહિ.

*

(૨) શ્રી. જગજીવનદાસ ચોધરી–પુના

ભાઈ ! માથામાં ઉંદરી થવી એમાં માથાના વાળની રક્ત-વાહિનીઓને મળતા પોષણની ખામી છે, તેમજ માથાના વાળની સંભાળ રાખવાની બેદરકારી પણ છે. વળી આજકાલ વપરાતાં બજારૂ હેરઓઈલો કે જે ઘણે ભાગે વ્હાઈટ ઓઇલ (ઘાસતેલ)થી બને છે તે તેલો ચામડીની કોમળતાનો નાશ કરે છે અને આવા વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન કરે છે. તેના ઉપાયો નીચે મુજબ કરવાથી ઉંદરીનો નાશ થશે, વાળ ખરતા અટકશે અને વળી એથી વાળ વધશે પણ ખરા :

(૧) ખાટા લીંબુની ફડાસ પ્રથમ માથા ઉપર ઘસવી, સ્નાન કરતાં પહેલાં.

(૨) ટોપરૂં, આંબળાં, ચીકાખાઇ, હાથીદાંતનો વહેર–આ ચારે વસ્તુ ખાંડી પાઉડર કરવો. તેમાંથી દરરોજ એક તોલો ગરમ પાણીમાં ઉકાળી એ પાણીથી માથું ધોવું. કોઇ પણ જાતનો સાબુ માથા ઉપર નાંખવો નહિ.

(૩) સવાશેર કોપરેલ તેલ ગરમ મૂકી તેમાં પાંચ રૂપીયાભાર લીંબુની ફડાસો નાંખી તેલને ગરમ કરવું. એક બે ઉભરા આવી જાય એટલે નીચે ઉતારી સુગંધવાળું બનાવવું હોય તો તેમાં પાવલીભાર બોરસલીનું એસેન્સ નાંખવું. આ તેલ માથામાં ઘસવું. આ ત્રણે ઉપચારો કામે લગાડવાથી માથાની ઉંદરી નાબુદ થશે, વાળ ખરતા અટકીને વધશે અને મગજને પુષ્ટિ આપશે.

ઉપરાંત દરરોજ લીલું ટોપરૂં પાંચ તોલા અથવા બદામ પાંચ તોલા ધીમે ધીમે ચાવીને ખાવાં.

દાદરને માટે નીચેનો ઉપાય અકસીર છે. બે આનામાં પચીસ જણની દાદર મટે છે અને કપડાં બગડતાં નથી.

ગંધક આમલસારો	તો. ૧
ટંકણખાર	તો. ૧

સફેદ રાળ	તો. ૧
દેશી સાબુ	તો. ૦।
સાકર	તો. ૦।

બધાંને ખાંડી ખાટા લીંબુના રસમાં સોગઠી બનાવી દાદર ઉપર પાણીમાં ઘસી લગાડવાથી દાદર નાબુદ થાય છે.

બજારૂ વેસેલાઈનવાળાં કપડાં બગાડતાં મલમો કરતાં આ ઘણી ઉત્તમ દવા છે, માત્ર જરા બળે છે ખરી.

(૩) વણકર નરશી પુંજા—અમદાવાદ

ભાઈ ! આપ કાયમી ગ્રાહક નથી અને છુટક 'બહુરૂપી' ખરીદો એટલે આપ પ્રશ્ન પુછવાને અધિકારી નથી એમ ન સમજતા. 'બહુરૂપી' પોતાના વાચકોને સમાન દૃષ્ટિથી જુએ છે. પછી તે વાર્ષિક ગ્રાહક હોય યા એક જ વખતનો.

તમે અત્યારે જે કરો છો એ દવાઓ છોડો. માત્ર

અરડુશીનાં પાન	તો.	૧॥
ગળો લીલી	તો.	૨॥
ખડસલીયો પીતપાપડો	તો.	૨॥
ધાણા	તો.	૨॥
કરીયાતાની પાંદડી	તો.	૨॥
સુંઠ	તો.	૧

ઉપરની વસ્તુને ખાંડી ભુકો કરો, રાત્રે પાશેર પાણીમાં ઉપરના ભુકામાંથી અઢી તોલા માટીના વાસણમાં પલાળી રાખો. સવારમાં દવાને ચોળી ગળી લ્યો અને તેમાંથી અરધું પાણી સવારમાં અને અરધું સાંજે થોડું મધ નાંખી પી જવું. પંદર દિવસ લેવાથી જરૂર તાવ ખસી જશે, ભૂખ લાગશે, શક્તિ આવશે.

બજારૂ ગાંઠીયા અને મેંદાની કોઇ બનાવટ ન લેવી. આપ વણુ-કર (હરિજન) હો અથવા કોઇ નાગર ગૃહસ્થ હો—બંને વૈદ્યધર્મ તરીકે મારે મન સમાન જ છો. એમાં જો હું વિષમ દૃષ્ટિ રાખું તો માનવધર્મ ચૂકયો ગણાઉં.

આપની સ્થિતિ અત્યંત ગરીબ છે. તો આ દવા વાપર્યા પછી કોઇ બીજી દવાની જરૂર રહેશે તો અહીંથી આપને કોઇ પણ ચાર્જ લીધા વિના મોકલી આપવામાં આવશે.

*

(૪) શ્રી. શરાફ–મુંબઇ

' રમે વહેમાતા ' પ્રત્યે આપની ભાવના અને ઉંચી લાગણી માટે ધન્યવાદ. ખરી રીતે તો ' જેનું તેને ' તે સિવાય વિશેષ મેં શું કર્યું છે ? નાશવંત શરીરથી માનવસેવા યતકિંચિત બને તે જ જીવનની સાચી સાર્થકતા ગણાય.

આપના પ્રશ્નોનો પ્રત્યુત્તર નીચે મુજબ છે :

(૧) સુવાવડ પછી કાનની બહેરાશ

મને તો આ વ્યાધિમાં કાનનો કોઇ મહત્ત્વનો ભાગ બગડયો હોય એમ નથી લાગતું. માત્ર શરદ હવાના કારણે તેના ધ્વનિ–શ્રવણ ભાગ ઉપર થોડો સોજો આવી જાય છે એટલે સંભળાતું બંધ પડે છે અને ઉષ્ણ ઉપચારોથી સંભળાય છે. એથી નીચેનો ઉપાય આપ કામે લગાડો. બે મહિના ચાલુ રાખો. કાયમી લાભ થશે અને બહેરાશ મટશે.

(૧) શરદીની હવા હોય ત્યારે લસણની કળી ફોલી એક દોરો પરોવી કાનમાં કળી ભીડાવી રાખવી. દોરો બહાર લટકતો રાખવો.

(૨) બદામનું તેલ તો. ૫, નગોડના પાતરાનો રસ તો. ૨ા, વરણાના પાતરાનો રસ તો. ૨ા, અઘેડાના બીજનો ભુકો તો. ૨ા,

બકરીનું મુત્ર તેા. રાા, બીલીનેા ગર્ભ પલાળીને નીચેાવેલું પાણી તે'. રાા, સર્વને એકઠું કરી ગરમ કરવું. ધીમી આંચે પાણીનેા ભાગ બળી જાય તેલ રહે ત્યારે કપડાથી ગાળી લઇ તે તેલ સવારસાંજ કાનમાં નાંખવાથી બહેરાશ મટશે.

(૨) સ્ત્રીઓને આર્તવ બંધ થવું (અનાર્તવ)

આર્તવ બંધ થવાનાં ઘણાં કારણેા છે પણ તેની તપાસ કરવી ઘટે. ગર્ભ રહ્યાનાં ચિહ્ન જણાય તેા આર્તવ લાવવાનેા પ્રયાસ ન કરવેા એ હિતાવહ છે.

વાયુથી, મેદથી, કે ચઢી જવાથી અથવા શરીર ખાલી જવાથી અટકાવ દેખાતેા બંધ થાય અથવા નામ માત્ર દેખાય તેા :

લઘુ યેાગરાજ ગુગળ સવાર સાંજ બબે ગેાળી ગળાવી ઉપર એક ઔંસ કુમારી આસવ પાવેા. આ ક્રમ બે મહિના અને વધીને ૭ મહિના સુધી ચાલુ રાખવાથી અટકાવ સાફ આવી મેદ ઘટી જાય છે, નિયમીત અટકાવ આવવા લાગે છે અને ગર્ભાશય સુધરે છે. તાત્કાલિક અટકાવ લાવવાની જરૂર જણાય તેા વાંસની ગાંઠ નંગ ૨, ખારેક નંગ ૪, સુવા તેાલેા ૧ાા, જુનેા ગેાળ તેાલેા રાા, વડનાં પાંદડાં નંગ ૨.

બધી વસ્તુને એક શેર પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તેાલા ગાળી લઇ સવારમાં એક વખત પાઇ દેવું. તેની સાથે.

રાણનાં બીજની અંદરનાં મીંજ તેા. ૧, એળીએા તેા. ૧, કેરંડાની કુંવળ તેા. ૧, હીરાકસી તેા. ૧. તેની અરણીના રસમાં ચણાના દાણા જેવડી ગેાળી વાળવી. તે ગુપ્ત ભાગમાં પહેરવા આપવી અને પેઢુ ઉપર શેક કરાવવેા. જરૂરથી અટકાવ ખુલી જઇ ખુલાસાવાર આવી જાય છે. ઉપરના બન્ને ઉપચાર ચાર દિવસથી વધુ ન કરવા.

(૩) પુરૂષના ગુપ્ત ભાગની શિથિલતા માટે

'રખે વહેમાતા' લેખમાળામાં નપુંસકતાના વિષયમાં બતાવેલેા તીલ્લો નંબર ૨ તથા પટ્ટીનેા ઉપયેાગ કરવેા. ઘણું ઉમદા કામ કરે છે.

(૪) સફેદ કોઢ માટે

'રખે વહેમાતા'ના કોઢના વિષયમાં બતાવેલા ઉપાય મારા અનુભવેલા છે. એ નવાણું ટકા લાભ કરે છે. તે આપે જોઈ લેવા.

(૫) મધુમેહ માટે

નીચેની ગોળી લાગટ ૭ મહિના આપો. જરૂર આશાતીત લાભ થશે. અનેક દરદીઓને આપીને ખાત્રી કરી છે.

ચંદ્રોદય ષોડષગુણ તો. ૧, ગોખરૂ તો. ૪, જાંબુના ઠળીઆ તો. ૪, બંગભસ્મ તો. ૪, બહુફળી તો. ૪, શીલાજીત તો. ૪.

જાંબુનાં પાંદડાંના રસમાં ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બાંધવી. સવારસાંજ બબ્બે ગોળી પાણી સાથે આપવી. સાકર, ખાંડ કે સાકરના ગુણ-ધર્મવાળા પદાર્થો બંધ કરવા. સેંકડો ઇંજેકશનથી નહિ થયેલો લાભ આ એક ગોળી કરી આપે છે.

*

(૫) શ્રી. સીલાટ-મુંબઇ

પ્રિય ભાઇ! એક માણસના ઘરમાં જમા રકમ હોય તે કરતાં તે ખરચ વધારે કરે તો એનું પરિણામ શું આવે? દેવાળું.

ત્યારે બાપુ! હાર્યો જુગારી બમણું રમે તેમ અજ્ઞાનતાથી કાચી વયે શરીરના સ્તંભ જેવી ધાતુનો વિનાશ કર્યો, હવે નબળાઇ; અશક્તિ અને બેચેની દૂર કરવા પેટંટ શક્તિની દવાઓ પાછળ ફાંફાં મારવાં, તે સસલાનાં શીંગડાં શોધવા જેવું કામ છે. દુનિયાની કોઇ પણ દવા એવી નથી કે જે ખાવાની સાથે જ પાંચ દશ રતલ વીર્યનો જથ્થો ઠલવી નાંખે. હા, માત્ર તમારાં અવયવોને ધીમે ધીમે કામે લગાડો અને ખોરાકમાંથી અનુક્રમે શુદ્ધ રસ, રક્ત બનવા લાગે તો ધાતુ આપોઆપ બનશે. તમારા માટે મને તો સરસ ઉપાય નીચે જણાવેલા અનુકૂળ લાગે છે:

(૧) સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પાળો.

(૨) રાત્રે સુતી વખતે ત્રીફળાં–(હરડાં, બેડાં, આંબળાં લ્યો.)

(૩) ગળો, ગોખરૂ, આંબળાં, ત્રણે સરખા વજને ખાંડી બનાવેલું ચૂર્ણ પાવલીભાર રહવાર સાંજ ગાયના દુધ અથવા પાણી સાથે ફાકો.

એક મહિનો આ પ્રમાણે ચાલુ રાખો. પાછળથી મહાલક્ષ્મી વિલાસ રતી ૨, મુક્તાદ્યાદિ ચુર્ણ રતી ૨, પ્રવાળપીષ્ટી રતી ૨, ગળો સત્વ રતી ૨, ત્રીબંગ ભસ્મ રતી ૨, આ એક વખતનું પ્રમાણ છે. એ રીતે સવારસાંજ બે પડીકાં માખણ અને મધ સાથે ચાટો. અને પૂર્ણ ચંદ્રોદયની ગોળી દરરોજ સવારે ૧ શેર દુધ સાથે લેવાથી નબળાઈની બધી ફરિયાદ દૂર થશે, ફરી સંસારનો આનંદ આપશે, કામકાજમાં સ્ફૂર્તિ રહેશે અને ગયેલું પુરૂષત્વ ફરી દેખાશે. પરંતુ ફરી કુછંદે ચડશો નહિ. તેમજ દવાની દરમ્યાન વાલ, વટાણા, ભજીયાં, પાતરાં બંધ રાખજો, ચ્હા પીશો નહિ.

*

(૬) બિરાદર કલકત્તા

આપના હૃદયની ગતિ એક સરખી નથી રહેતી અને એને માટે આપે બહુ બહુ મોટા ડાક્ટરોનો અભિપ્રાય લીધો, અને રૂપીયાની–નહિ નોટોની રેલમછેલ વહેવરાવી, તો ય આપનું હૃદય ઠેકાણે ન પડયું. આપનો પત્ર વાંચી મને મારી એક નાનપણની વાત યાદ આવે છે :

હું અને મારો જોડીદાર બેઉ એક ગામડામાં મહેમાનગતિએ ગયા. ચોમાસાનો વખત, રાત્રે વાળુપાણી કરી એક માટીના મકાનમાં અમે સુતા. નાનો સરખો ચ્યાસતેલનો દીવો બળે અને બેઉ જણા પાસે પાસે ખાટલા રાખી અમે વાતો કરતા સુતેલા. એ વખતે એક અવાજ સંભળાયો : કુંઉઉ–ફ્ડડડ ! જોડીદાર ચમકયો. તેણે ખાટલામાં

બેઠા થઇ મને કહ્યું: ' ભાઇ ! કાંઇ સાંભળ્યું ?' મેં કહ્યું : ' હા. ફુંફાડો થયો. '

' ત્યારે ચોક્કસ આ ઘરમાં જરૂર મોટો મણિધર સાપ છે. એનો ફુંફાડો તો તમે સાંભળ્યો ને ? કેટલો જોરદાર ? '

મારાં તો હાંજાં ગગડી ગયાં. મેં કહ્યું: ' અરે હોય નહિ. અહીં સાપ કેવો ? એવું હોય તો ઘરધણી આપણને અહીં સુવારે જ નહિ.'

ત્યાં તો બીજો અવાજ થયો અને સાથે ઘરના છાજના વળામાં એક બે ઉંદરડા દોડયા કે જોડીદારે માની લીધું જરૂર સાપ છે! સાપ છે કે નહિ તેનો નિર્ણય કરવા મારા જોડીદારે ચીમની વગરનો દીવો લીધો હાથમાં, અને ધ્રુજતે પગે હું તથા તે-બેય જણાએ નીચે ઉપર, ખૂણે માંડયું જોવા. પ્રભુ જાણે પણ કયાંથી એ વખતે પવને મારી ફુંક અને હાથમાંનો દીવો ઓલવાઇ ગયો, અને ત્રીજો ફુંફાડો સાંભળી અમારાં તો ગાત્ર ઢીલાં ગઇ ગયાં ! અમે બેઉ જણ ચઢી ગયા ખાટલા ઉપર અને માંડી રાડયો પાડવા : ' એલ્યા, કોઇ છે ? દોડો ! દોડો ! ઝટ આવો, દીવો લઇને આવો ! નહીંતર મુવા-બાપા !'

ઘરધણી અને પાડોશી હાથમાં ફાનસ લઇને આવ્યા. અમે તો થરથર ધ્રુજીએ. ઘરધણીએ પૂછ્યું: ' શું છે ? કેમ બુમો પાડવા માંડી ?' મેં કહ્યું : ' ભાઇસાબ ! સાપ છે. '

' અરે કયાં છે ? બતાવો તો ખરા !'

' બતાવીએ કયાંથી ? જોયો હોય તો ને ! આ તો ફુંફાડા સંભળાય છે. ' અમારા પ્રશ્નોત્તર પુરા થયાં પહેલાં ચોથી વખત ફુંફાડો સંભળાયો અને જોડીદાર બોલ્યો : ' એ...હે ! જોયું ! સાંભળ્યોને ? '

પણ ફુંફાડો સાંભળી ઘરધણી તો ખડખડાટ હસી પડયો : ' હત્ તારીની ! આ ફુંફાડાથી આટલી બધી ધમાલ ? આવો, તમને સાપ બતાવું. '

અને અમે પાછળ તથા ઘરધણી આગળ એમ જે મકાનમાં અમે સુતેલા તેની બાજુના મકાનમાં કમાડ ઉઘાડી દાખલ થયા, વચ્ચે માત્ર કરો હતો. ત્યાં એક ભેંસ બાંધેલી. ચોમાસાનું લીલુ

શ્વાસ ગદામદા થયેલી ભેંસ બેઠી બેઠી વાગોળે અને વાગોળતાં ધરાય એટલે લાંબો શ્વાસ ભરે અને એનાં નસકોરાં અવાજ કરે : ફું ઉઉઉ—ફડડડ !

બધા થોડુંક હસ્યા. અમે પણ પછી નિરાંતે ખાટલામાં સુતા.

ભાઇ ! આપનો વ્યાધિ એ ખરેખર વ્યાધિ નથી. શ્રીમંત માણસ છો, મોટરમાં ફરો અને પાટલેથી ખાટલે અને ખાટલેથી પાટલે—આ વ્યાધિનું કારણ છે. માલમલીદા બંધ કરી દરરોજ સવાર સાંજ પગે ચાલી બબે માઇલ ફરવા જાઓ. ત્રણ મહિના પ્રતિજ્ઞા લ્યો કોઇનો પણ અભિપ્રાય ન લેવાની ! આપનું હૃદય જરૂર નિયમિત થઇ જશે અને પેટનો મેદ પણ ઓછો થશે. મારી પાસે સાચો અને સચોટ આ ઉપાય છે. બક્ષિસ મને નહિ જોઇએ. મારા હિંદી ભાઇઓ ઘણા યોગ્ય જ્ઞાનના અભાવે દુઃખી થાય છે તેમને જ્ઞાન આપવામાં હાથ લંબાવશો તો પણ હું કરોડોની બક્ષીસ માનીશ.

*

(૭) નંબર ૧૯૦૫—અંકલેશ્વર

પ્રિય ભાઇ ! કામોત્તેજનાનું વધુ પ્રમાણ હોવાનું કારણ મન ઉપર બહારની દુનિયાની થતી અસર અને ઉત્તેજીત ઔષધો પણ છે. આપે વાપરેલાં ઔષધોમાં ઝેરકોચલાં, ફોસ્ફરસ જેવી •કામવાસ• નાને અત્યંત ઉશ્કેરનારી દવાઓ છે. મારા માનવા પ્રમાણે તો અવિવાહિત કે વિદ્યાર્થી અવસ્થાના યુવાનોએ આવાં અત્યંગ ઉગ્ર ઔષધો સેવન કરવાં ન જોઇએ. એક તરફ આપના શરીરની નબળાઇ છે, બીજી તરફ કામવાસના સતેજ છે—આ સૂચન અર્થવાળું છે. આપને શરીર ભરાઉદાર માંસવાળું, લોહીથી તસતસતું ગમે છે અને એવું ઇચ્છો છો, તો આપને હાલ તુરત હું નીચેનાં ઔષધો લેવાની સૂચના કરૂં છું :

(૧) જીવન (ચ્યવન પ્રાશાવલેહ) સવારે દુધ સાથે.

(૨) ગળોસત્વ, પ્રવાળપીષ્ટી, સુવર્ણ વસંતમાલતી, હરતાલ—આ ચારે વસ્તુ બબ્બે રતી આંબળાના મુરબ્બા સાથે બપોરે અને સાંજે લ્યો. નાટક સીનેમા ન જુવો, મસાલેદાર ખોરાક છોડો, ચહા ન પીઓ. રાત્રે સુતી વખતે ગુપ્તભાગ ઠંડા પાણીથી ધોઇ સુઇ જાઓ. એકાદ મહિનો આ ઉપચાર ચાલુ રાખો. બાદ ઉન્હાળામાં આમ્ર-પ્રયોગ કરશો તો મનમાન્યું શરીર ખીલશે અને વજન વધશે.

*

(૮) એક બહેન

ખરૂં લખો છો, બહેન ! સ્ત્રીની શોભા તેના સ્તનની સુધટ્ટતા ઉપર છે. પરંતુ લખતાં કલમ અચકાય છે. આપણો હિંદુ સમાજ—આર્યમહિલાઓ અવયવોને બહુ સાચવી નથી જાણતાં. દરેક વસ્તુનો ઉપયોગ હોઇ શકે, દુરૂપયોગ તો નહિ જ.

આપને સ્તન દ્રઢ બનાવવાનો ઉપાય લખી જણાવું છું:-

દાડમનું પંચાંગ (દાડમના ઝાડનાં મૂળ, ફળ, ફુલ, છાલ, પાંદડાં—એને પંચાંગ કહે છે.) શેર ૨ લઇ ખાંડી, તેને ૭ શેર પાણીમાં પલાળવું. અંદર બશેર સુરકો નાંખવો. ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે રહેવા દઇ ચોથે દિવસે ઉકાળો કરવો. ઉકળતાં બશેર બાકી રહે ત્યારે નીચે ઉતારી, ગાળી, તેમાં એક શેર બદામનું તેલ તથા દશ રૂપીયાભાર થોરનો ગર્ભ નાંખી ચુલે ચઢાવી, ધીમે તાપે ઉકાળવું. પાણીનો ભાગ બળી જાય એટલે નીચે ઉતારી, ગળી લઇ તેમાં સવા રૂપીયાભાર હીરાબોળનું બારીક ચુર્ણ નાંખી, બાટલી ભરી, અઠવાડિયું રાખી મૂકવું.

દરરોજ સવાર સાંજ આ તેલનું માલીસ સ્ત્રીએ પોતાના સ્તન ઉપર કરવાથી સ્તન કઠિન, મજબૂત, અને ઉન્નત તથા દેખાવદાર બને છે, પરંતુ માલીસ સાથે ચોળી પહેરવી અથવા રબ્બરની એવી ચોળી આવે છે કે જે લટકતા સ્તનને ઉચકી રાખે છે તે પહેરવી. આપણાં દેશી કપડાં પણ સ્તનને સારી મદદ પહોંચાડે છે.

*

(૯) દીનશાહ સોરાબજી ગાય-મુંબઇ

ભાઇ આપને મૂર્ચ્છા (બેશુદ્ધિ) આવે છે અને જ્યારે એમોનીયા સુંઘાડે છે ત્યારે જાગ્રત થાઓ છો, તે માટે મારી પાસે ઉપાય માંગો છો. મારે જણાવી દેવું જોઇએ કે મૂર્ચ્છા એ સ્વતંત્ર રોગ નથી. ઘણા વ્યાધિને અંગે મૂર્ચ્છા આવે છે. પરંતુ એ ચર્ચા અહીં કરવાનું સ્થળ નથી. આપને નીચેના અક્સર, અજોડ અને સચોટ ઉપાયો સૂચવું છું. આ ઉપાયો ગુરૂપરંપરા મળેલા સિદ્ધ પ્રયોગો છે. અને તે આપને બતાવતાં મને આનંદ થાય છેઃ

(૧) ગોળી

સુંઠ, મરી, પીપર, હરડે, બહેડાં, આંબળાં, પીપળીમૂળ, રેણુંકબીજ, ચિત્રક, લોહભસ્મ, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેશર, શુદ્ધ પારદ, શુદ્ધ ગંધક, શુદ્ધ વછનાગ, વાવડીંગ, અક્કલકરો, મોથ, આ સર્વે ચીજ સરખે વજને લઇ તેથી બમણા વજને એટલે બધી વસ્તુના વજનથી બમણો ગોળ લઇ તેમાં બધી ચીજ મેળવી ચણા જેવડી ગોળી વાળવી.

(૨) ચૂર્ણ

છાંયે સુકાવેલી બ્રાહ્મી તો. ૧૦, ઘોડાવજ તો. ૫, સોનાગેરૂ તો. ૧. એ ત્રણને ખાંડી લુગડે ચાળી, ચુર્ણ બનાવવું.

(૩) નસ્ય

શંખનો કીડો નંગ ૧, ધોળાં મરી નંગ ૧૦, તેને ઘુંટી પાઉડર બનાવી બાટલીમાં ભરવો.

ઉપયોગ–

સવારમાં બે ગોળી ગળો. ઉપર એક વાલ ચૂર્ણ મધમાં ચાટો. બપોરે માત્ર ૨ ગોળી ગળો. સાંજે બે ગોળી અને ચૂર્ણ લ્યો.

મૂર્ચ્છા આવવાની ખબર પડે તો જાતે નસ્ય સુંઘી લ્યો. બંધ થઇ જશે. બેશુદ્ધ થઇ જવાય, ભાન ન રહે તો ઘરના માણસને સૂચના

આપી રાખવી કે, એમોનીયા નહિ પણ આ નસ્ય સુંઘાડે. જલદી જાગૃતિ આવશે.

છ મહિને આ જીંદગીનો વ્યાધિ નાબુદ થશે, અપસ્મારમાંથી બચી જશો. વાલ, વટાણા, ભજીયાં, પાંતરાં, અને વાયુ કરનાર પદાર્થ ખાશો નહિ.

*

(૧૦) શ્રીયુત એ. ઇ. વાંહરાવાળા

મહાશય ! પ્રથમ તો આપે શરીરમાં ખોટી ગરમાઇ કરનારાં ઈંડાં, મુરઘી વગેરે છોડી દેવાં જોઇએ. દસ્ત સાફ લાવવા કોઇ પણ જાતનો રેચ અથવા રેચક પદાર્થ લેવો એ આંતરડાંને વધારે ખરાબ બનાવવા જેવું છે. એ કરતાં સવારમાં વહેલા ઉઠી એક ગ્લાસ (અડધો શેર) પાણી પી ફરવા જવાની ટેવ રાખો તો દસ્ત આપોઆપ આવશે. રાત્રે સુતી વખતે અરધો શેર દુધમાં એક રૂપીયાભાર ઘી નાંખી પીવાની ટેવ રાખવાથી પણ દસ્ત સાફ થાય છે. ખોરાકમાં માંસ ઓછું કરી નાંખી શાકભાજીનું પ્રમાણ વધારો. બપોરના લાલ ટામેટાં લ્યો. આ બધું દસ્ત લાવવા માટે આધારરૂપ છે.

દવા તો નીચેની પ્રથમ આપને એકાદ મહિનો લેવાની જરૂર છે. એથી કામોત્તેજના નહિ વરતાય. પ્રથમ વીર્ય ઠંડું બનાવવાની તમારે માટે જરૂર છે અને તેમાં ઘટત્વ આવશે તો જ પુરૂષત્વ પછી કાયમી બનશે.

પ્રવાલની ગુલાબજળમાં બનાવેલી પીષ્ટી રતી ૨, ગળોસત્વ રતી ૨, વાંસકપુર રતી ૨, સુવર્ણવસંતમાલતી રતી ૨—ઉપરની ચારે વસ્તુ દિવસમાં બે વખત ગુલકંદ તોલા ૧માં મેળવી ખાઓ. એ લીધા પછી આંબળાંનો મુરબ્બો પાંચેક તોલા લ્યો. આ ક્રમથી શરીરમાંની ખોટી ગરમાઇ નાબૂદ થશે અને મધુરી તાકાત આવશે. પ્રથમ બરાબર ઠંડક થઇ જવા પછી શક્તિ માટે આપને બીજો પ્રયોગ

બતાવીશ. પરંતુ ગરમ ખોરાક જરૂરથી બંધ કરજો અને બને તેટલું બ્રહ્મચર્ય પાળજો. એથી આપે આશા નહિ રાખી હોય તેવો સરસ લાભ થશે.

આપનાં પત્નીને માસિક અટકાવ બરાબર નથી આવતો અને માથું દુઃખ્યા કરે છે. પરંતુ ભાઇ! સ્ત્રીઓને મારી માન્યતા મુજબ બેંતાલીસ પીસતાલીસ વર્ષ સુધી નિયમિત અટકાવ આવવો જોઇએ અને એ જ્યારે બરાબર નથી આવતો અથવા અટકે છે ત્યારે માથાનો દુઃખાવો, વાયુ, શરીરમાં મેદ, ખોટા ઓડકાર અને ગર્ભાશયનો દુઃખાવો થાય છે. એમને માટે આ પ્રમાણે ઉપચાર કરો.

(૧) માસિક અટકાવ આવવાના સમયે ગરમ પાણીમાં કમરબુડ એકેક કલાક દરરોજ બેસારો.

(૨) ખજુર, સરસવનો ખોળ, પત્થરનો ભુકો, ગુગળ આ ચારે વસ્તુ દશ દશ તોલા લઇ ખાંડી, સુરકામાં ખદખદાવી, પેઢા ઉપર બંધાણુ કરો. એક દિવસના આંતરે–એકાંતરે પાંચ બંધાણ કરો અને યોગરાજ ગુગળની ગોળી સવાર સાંજ દરેક વખતે બબે લાગટ બે મહિના આપો. ઉપર કુમારી આસવ એકેક આઉંસ જમ્યા પછી આપો. જરૂર માસિક અટકાવ ખુલીને આવશે, બધી ફરિયાદ દૂર થશે.

*

(૧૧) ભાઇ સુરતવાસી

તોતડું બોલવાનું કારણુ શરીરમાં વ્યાધિ કરતાં જીભના સ્નાયુબંધનની અપૂર્ણતા કે ખોટું બંધન પણ હોય છે. કેટલીક વખત અમુક નસનું ઓપરેશન કરવાથી આવી ખામી દૂર થાય છે. એટલે મારૂં માનવું છે કે તમે કોઇ સારા ડોકટરને બતાવી અભિપ્રાય લ્યો અને ઓપરેશનથી જીભ સુધરતી હોય તો તેમ કરવું ખોટું નથી. છતાં

ઉપચાર તરીકે જે જે શબ્દો કે અક્ષરો તમને બોલતાં અડચણવાળા લાગતા હોય તે વાક્યો વધુ બોલવાનો પ્રયત્ન કરો.

અક્કલકરો તો. ૦ાા, મરેઠીનાં ફુલ તો. ૦ાા, શંખાવલી તો. ૦ાા, તજ તો. ૦ા.

આ ચારે ચીજ સમાન ભાગે ખાંડીને મધ સાથે દિવસમાં બે વખત ત્રણ-ત્રણ રતી ચાટો. વાલ, વટાણાં, ભજીયાં, પાતરાં ખાશો નહિ.

આંખને માટે ચશ્માં વગર ચલાવી શકાય તો વધારે સારૂં. અને તેમાં આંજવા માટે 'કમળમધુ'–કમળનાં ફુલ ઉપર મધ તૈયાર થાય છે તે. આવું મધ 'પ્રસ્તમ્બોલી મધ' કહેવાય છે. તે મળવું બહુ દુર્લભ છે, છતાં મળે તો આપે દિવસમાં બે વખત આંજવામાં તેનો ઉપયોગ કરવો. ચશ્મા નહિ આવે અને ખામી દૂર થશે.

શિર્ષાસન એટલે શું ?

એ યોગનાં ૮૪ આસનો પૈકીનું એક આસન છે. તે એક દિવસમાં લાભ નથી કરતું તેનો અભ્યાસ વધારી મહિનાઓ અને વર્ષો સુધી કરવું જોઇએ. શિર્ષાસન કરનારે કેટલીક સમજુતી અગાઉથી મેળવી લેવી ઘટે.

(૧) સવારમાં સૂર્યોદય પહેલાં મળત્યાગ કરી આવ્યા પછી જ ભૂખ્યા પેટે આ આસન કરવું જોઇએ.

(૨) શરૂઆતમાં માથા નીચે ખૂબ નરમ તકીયો રાખી દીવાલના આધારથી કે કોઇ પણ માણસની મદદથી કરવું.

(૩) પગથી આપણે જેવી રીતે ટટ્ટાર ઉભા રહીએ છીએ તેવી જ રીતે માથું નીચે અને પગ ઉપર રાખી ટટ્ટાર રહેવું જોઇએ.

ફાયદા–લોહી શરીરમાં બરાબર ફરી શકે છે, મગજ ભરાવદાર થાય છે, આંખોનું તેજ વધે છે, ચહેરો ભરાવદાર અને ગાલ ખીલેલા રહે છે. શિર્ષાસનથી આટલા ફાયદા થાય છે.

'ઘીના દીવા સામે ત્રાટક કરો' એનો અર્થ એ થાય છે કે ઘીનો દીવો કરી, તેની સામે એક નજરે જોઇ રહેવું-મટકું મારવું નહિ. ત્રાટક એ યેાગની એક ક્રિયા છે. યથાવિધિ જો તે કરવામાં આવે તેા લાભ અવસ્ય થાય છે. પરંતુ ગમે તે માણુસ જેમ તેમ કરી બેસે તેા લાભને બદલે હાનિ થવાનો વધારે સંભવ છે. માટે આપને ત્રાટક કરવાની સલાહ હું નથી આપતેા. આવી ક્રિયાઓ ગુરૂમુખી છે અને ગુરૂના સાનિધ્ય સિવાય તે સિદ્ધ થતી નથી. તેમ જ એથી આપને ખાસ વિશેષ કિંવા કેાઇ ચમત્કારિક લાભ થાય એમ પણુ માનશેા નહિ.

*

(૧૨) મુંબઇવાસી એક ભાઇ

પ્રિય ભાઇ! મહેનતના પરસેવામાંથી થેાડું બચાવી પાંચ પુસ્તક ગરીબોને વહેંચવા આપે હાથ લંબાવ્યો તે ખરેખર ધન્યવાદને પાત્ર છે. ધનવાનેા કીર્તિંદાનના ભૂખ્યા છે. સાચી સખાવત ગરીબ કરી શકે છે તેટલી ધનવાન નથી કરતા.

વારૂ, કાનની બહેરાશ અને ગણગણાટ માટે નીચેનું તેલ બનાવી રાખવા આપને સૂચવું છું :

બીલીનાં કુણાં પાંદડાં તેાલા ૧૦ને ગાયના મૂત્રમાં વાટી ચટણી બનાવવી. એ ચટણીનું જેટલું વજન થાય તેટલું તલનું તેલ અને તેલથી ચારગણું પાણી તથા પાણી જેટલું બકરીનું દુધ લઇ-એ બધું લેાઢાની કઢાઇમાં ચૂલે ચઢાવી ધીમે તાપે બળવા દેવું. પાણી અને દુધનેા ભાગ બળી જઇ તેલ માત્ર બાકી રહે એટલે તેને ગળી શીશીમાં ભરી લેવું. સવાર સાંજ બબ્બે ટીપાં કાનમાં નાંખેા. અવાજ અને બહેરાશ નાબૂદ થશે. દરરેાજ પાંચ તેાલા બીલું ટેાપરૂં ચાવીને ખાજો.

*

(૧૩) બટુકભાઇ–મુંબઇ

આપની કથની સાંભળી–વાંચી. મને તો આવું આવું વાંચવાની ટેવ પડી ગઇ છે. એટલે કંટાળો લાવે કેમ ચાલે ? પરંતુ દરેક પ્રશ્ન પૂછનાર ભાઇ મુદ્દાસર લખે તો મારો સમય બરબાદ ન થાય અને એમને સંતોષકારક જવાબ મળી જાય, કાગળોના કાગળો ભરીને લખી જવાથી કાંઇ દુઃખ મટતાં નથી. અને થોડું પણ મુદ્દાસર લખાય તો મને સમજવામાં અડચણ આવતી નથી.

બટુકભાઇ, ખોટું ન લગાડશો પણ હું આપના વ્યાધિને મળતો રોગી નથી. એટલે અમુક ફાર્મસીની અમુક દવા આપે વાપરવી કે નહિ એ કેમ કહી શકું ? કારણ કે જુદી જુદી કંપનીઓની દવાઓ અજમાવવા માટેનું મારૂં.શરીર કાંઇ ક્ષેત્ર નથી. વળી આપે પુછાવેલી દવા બાબત આપને ખાનગી પત્રમાં જવાબ આપી શકત.

છતાં આપનું પૂરૂં શિરનામું જણાવતાં આપને સંકોચ થયો છે, એટલે જાહેર પેપરમાં કોઇની પેટંટ દવાના ગુણ કે દોષ મારાથી કેમ લખાય ? એટલી સલાહ આપું કે આપ કોઇ સારા વૈદ્યને તબીયત બતાવી, નિઃસંકોચપણે આપની હકીકત જણાવી, તેમની દવા લ્યો. કેવળ જાહેર ખબર વાંચી, પુરી સમજણ કે દરદના સ્પષ્ટ નિદાન વગર દવા લેવાથી કોઇ વાર ઓડનું ચોડ વેતરાઇ જાય છે.

*

(૧૪) શ્રી શાહ–આંબેગામ

પ્રિય ભાઇ ! ગળાના ‘ ટોનસીલ ’ વ્યાધિ અને એને માટે આપની તકલીફ સંબંધમાં મારો અભિપ્રાય આપ ‘ બહુરૂપી ’ દ્વારા માગો છો.

'ટોનસીલ' આ શબ્દ અને રોગ અંગ્રેજી (એલોપથી)ની નવી શોધ હશે. પરંતુ આયુર્વેદ માને છે કે હોઝરી અને આંતરડાં સાથે ગળા અને મોઢાને જેટલો નજીકનો સંબંધ છે તેટલો બીજા કોઇ અવયવ સાથે નથી. જ્યારે આપણા અત્યંત ખારા, ખાટા, તીખા, અને દાહક પદાર્થોના આહારથી બિચારાં હોઝરી, આંતરડાં ધ્રુજી ઉઠે છે ત્યારે તેઓ થાકીને પોતાની ખોટી ગરમાઇ ગળાને ફુંકે છે. પછી એના કારણે 'ટોનસીલ'ના દાણા નીકળે, ચાંદી પડે કે કેનસર થાય. એને મટાડવા માટે ગળાની અંદર ગમે તેવી દવાઓ લગાડવામાં આવે પરંતુ જ્યાં સુધી હોઝરી—આંતરડાં ઉપર થયેલા અત્યાચારથી રાહત આપવામાં ન આવે અથવા તેમને સુધારી લેવામાં ન આવે ત્યાંસુધી આ વ્યાધિ મટતો નથી. કારણ કે આયુર્વેદ હેતુરૂપ ચિકિત્સાનું પક્ષપાતી છે એટલે કે વ્યાધિનાં કારણ નાબૂદ કરવાની એ સૂચના આપે છે અને કારણ નાબૂદ થતાં કાર્ય આપોઆપ નાબૂદ થાય છે.

એટલે આપને પહેલી તકે મારી એ સલાહ છે કે બધી જાતના ખોરાકો બંધ કરી, માત્ર ગાયના દુધ ઉપર રહો. એટલે કે દુધનો પ્રયોગ કરવાની હું આપને સલાહ આપું છું અને તે પણ છ મહિનાથી વધીને બાર મહિના સુધી. જો આ જાતની ધીરજ રાખવા આપ તૈયાર હો, સંયમી બની કેવળ દુધ ઉપર રહી શકવાને માટે મનોબળ મજબૂત હોય તો જ આપનો વ્યાધિ સદંતર નાબૂદ થાય તેમ છે. એ સિવાય આપને માટે આ વ્યાધિથી મુક્ત થવાનો એકે ઉપાય નથી. પછી ભલે તમે ગમે તે ચિકિત્સા કરો યા રેડીયમ મુકાવો કે વીજળીની સારવાર લ્યો. મને એના ઉપર બહુ શ્રદ્ધા નથી. અને આપ દુધ ઉપર રહેવાને જ્યારે તૈયાર થાઓ તે વખતે આપને દુગ્ધપ્રયોગની પદ્ધતિ અને તેમાં આવશ્યક થતાં ઔષધો માટે હું જરૂર માર્ગદર્શક બનીશ. તે વખતે મને પત્રથી પુછાવી શકો છો.

*

(૧૫) દુઃખી યુવક–મુંબઇ

તમારી હકીકત બહુ ટુંકામાં લખાઇ આવી છે. પરંતુ ભાઈ! બાલ્યકાળમાં ખોટી સોબતથી વીર્યનો નાશ કરી બરબાદ બનેલાની સંખ્યા સમાજમાં સાધારણ નથી. મારે ત્યાં આવતા કાગળોમાંથી ચોથો ભાગ બાદ કરૂં તો એક કહાણી મારી નજર સામે તરવરે છે. શું વિદ્યાર્થી અવસ્થામાં હસ્તમૈથુનની કુટેવ ઉપર ચઢતાં બાળકોને બચાવવા કોઇ બહાર નહિ પડે? બોર્ડિંગો, આશ્રમો, વિદ્યાર્થીગૃહો, નાટકમંડળીઓ જ્યાં આઠ વરસથી અઢાર વરસની વયનાં બાળકો સંયુક્ત રહે છે ત્યાંના વ્યવસ્થાપકો, ગૃહમંત્રીઓ અને મેનેજરો આ સ્થિતિ ઉપર બહુ ચાંપતી દેખરેખ રાખે. દરરોજ આ બરબાદીથી જીવનનું સત્યાનાશ નીકળે છે. માટે તેનાથી બચવા માટે રોજબરોજ જ્ઞાન અપાતું રહે. એકાદ અજ્ઞાન બાળક આવા કુછંદે ચઢેલો જણાય તો તેમાંથી તેને મુક્ત કરવા પ્રયત્ન શરૂ થાય, તેની સાથે બીજો બાળક આ બદીના સંપર્કમાં ન આવે તે માટે કાળજીભરી દેખરેખ રાખવામાં આવે. દીવાલો પર, ભોજનગૃહમાં, જાજરૂમાં, વાચનાલયમાં અને શયનગૃહમાં મોટા અક્ષરોથી બાળકો વાંચે તેમ લખવામાં આવે:

(૧) ગુપ્તભાગને વિના કારણ હાથ ન લગાવો.

(૨) સ્નાન કરતી વખતે એ ભાગને બરાબર રીતે સ્વચ્છ કરો.

(૩) રાત્રે પડખાભર સુવો. ચતા કે ઉંધા કદિ પણ સુવો નહિ.

(૪) તમારી પથારીથી બીજા બાળકની પથારી જુદી રાખો.

(૫) રાત્રે એક બીજાના શરીરને અડકો નહિ.

(૬) કોઇના ગુપ્તભાગને અડકવાની યા અડકાવવાની ગંભીર ભુલ કરશો નહિ. નહીંતર તમારા જીવનનો, વિદ્યાનો, જ્ઞાનનો અને સંસારનો સર્વવિનાશ થશે.

(૭) આવી કોઇ મૂર્ખાઇ કરતું હોય તો ગૃહપતિ અને જવાબદાર પુરૂષને ચેતાવો, ઈનામ અપવામાં આવશે.

આવા નિયમો ખૂબ છુટથી છાપેલા ચોઢવામાં આવે. ખોટી રીતે એક બીજા બાળકો વિષય સુખ તરફ જતા જણાય તો તેમને સુધારવાની એક ફરજ સમજવામાં આવે તો આજે આ વિનાશનો દુંદભી વાગી રહ્યો છે, આજે શક્તિની દવાઓ વેચનાર કમનસીબ યુવાનોનાં નાણાંથી શ્રીમંત બની રહ્યો છે, તેમાં સંપૂર્ણ સુધારો થાય.

બાકી ' રખે વહેમાતા 'માં નપુંસકની ચર્ચામાં બ વર્ગ જે બતાવ્યો છે તેને મળતો આપનો વ્યાધિ છે. એથી એ વિષય આપને વાંચી જોઇ એમાં બતાવેલા ઉપચારો કરવા હું આપને ભલામણ કરૂં છું. તે માટે ' બહુરૂપી 'ના આગળના અંકો વાંચી લેશો.

*

(૧૬) લખતરનિવાસી પાનવાલા

ઉધરસ થવાનાં અનેક કારણો છે અને ઉધરસ જુદા જુદા પ્રકારની હોય છે. કેટલીક ઉધરસ ઋતુ, હવા અને ખોરાકના ફેરફારથી થાય છે, તે થોડો વખત રહી મટી જાય છે. કોઇ ઉધરસ થયા પછી ખાસ દવાઓ લેવી પડે છે અને તે મટે છે, કોઇ ઉધરસ થયા પછી તે મટતી નથી પરંતુ જીંદગી લઇને જાય છે.

ક્ષયમાં ઉધરસ હોય છે. દમમાં ઉધરસ હોય છે. સળેખમમાં ઉધરસ હોય છે, સન્નિપાતમાં ઉધરસ હોય છે. અવસાનકાળે ઉધરસ થાય છે અને તેથી ગળે કફ ભરાય છે.

પરંતુ ઉધરસ એટલે રોગ નહિ એમ જો હું કહું તો આપને નવાઇ લાગશે. શાસ્ત્ર જેને રોગ કહે છે, અન્ય પથીઓ જેને રોગ રોગ માને છે એને હું રોગ નથી કહેતો.

ફેફસાં, શ્વાસનળી કે શ્વાસદ્વારમાં ભેગો થયેલા વિજાતીય પદાર્થ—તેને ફેંકી નાંખવા કુદરતે ફેરવેલું ઉધરસ રૂપી સ્વતંત્ર ઝાડુ. માત્ર કુદરત પોતાના માર્ગમાં આવેલો—આવતો પદાર્થ સાફ કરી નાંખવા

ખાતર પવનના ગોળાને ફેંકે છે અને એથી જોર લાગે છે તેને આપણે ઉધરસ કહીએ છીએ.

આપને ઉધરસ બે વરસની જુની છે એટલે એને માટે દવાની જરૂર ખરી. નીચે મુજબ દવાઓ લેશો તો જરૂર આરામ થશેઃ

શીતોપ્લાદી ચુર્ણ વાલ ૧, અગ્નિરસ રતી ૨, સાબરશૃંગ ભસ્મ રતી ાા, સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૨, અભ્રક ભસ્મ રતી ૧. આ એક વખતનું પ્રમાણ છે.

દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે અથવા મધ અને ઘી સાથે ચાટવું. તેની ઉપર ત્રણે વખત 'બબુલારિષ્ટ' અઢી રૂપિયાભાર પીવો. તેલ, મરચાં, અથાણું બંધ કરો અને બ્રહ્મચર્ય બાર મહિના પાળો. શરીર, મન અને વીર્ય મજબુત થશે–ઉધરસ કાયમને માટે નાબુદ થશે.

*

(૧૭) મોદી લીલાચંદ વિઠલદાસ–વીશનગર

પ્રિય ભાઇ! મારા પ્રત્યે આપની માનની લાગણી માટે હું આપનો આભારી છું.

વૈદ્ય એ મનુષ્યના આરોગ્યનો રખેવાળ છે. આપે જ્યારે જ્યારે મારો અભિપ્રાય માગ્યો હશે ત્યારે ત્યારે મેં મારો ધર્મ હૃદય સામે રાખી અભિપ્રાય આપ્યો અને તેમાં આપને સત્યાંશ તથા લાભ જણાયો, એથી મને આનંદ થાય છે.

આપ એક બાળકીના માથાના ટુંકા વાળ માટે 'બહુરૂપી' દ્વારા ઉપાય માગો છો.

સ્ત્રીઓના વાળ એ એની સુંદરતાનો નમૂનો છે. આજનો ઉચ્છૃંખલ થોડોક નારીસમાજ કે જેને બોડકાં માથાં કરવાનો શોખ લાગ્યો છે તેને બાદ કરીએ તો કઇ એવી બાલિકા, યુવા, પ્રૌઢા સ્ત્રી હશે કે જેને લાંબા, સુંવાળા, નાગની ફેણ જેવા ઉમદા વાળ ન ગમે?

પરંતુ ભૂલવું ન જોઇએ કે વાળ એ પણ શરીરની જાતિ ઉપર આધાર રાખે છે. કામશાસ્ત્રે પદ્મિની, હસ્તિની, શંખિની એવા નારી-

જાતિમાં પણ ભેદ પાડેલા હોય છે. એ ભેદને અનુસરીને માથાના વાળની કોમળતા, સુવાસિતતા, રંગીનતા કે લંબાઈ હોય છે. તો પણ માવજત અને કાળજી એ કોઈ અજબ વસ્તુ છે. માવજત વગર હીરા જેવી વસ્તુ પણ પોતાની પ્રભા પ્રકાશિત કરી શકતી નથી. તેને પણ પહેલ પાડવા પડે છે. એટલે આપને તે માટે તેલની એક ઉમદા બનાવટ બતાવું છું. એ સર્વગુણસંપન્ન છે, વાળ વધારે છે, સુવાસિત રાખે છે, ખરતા અટકાવે છે, મગજને ભરે છે, આંખોને તેજ આપે છે. એ તેલ બનાવી આપના પાડોશની બાળકીને આપશો અને અન્ય બહેનો પણ ભલે તેનો છુટથી ઉપયોગ કરે.

વાળો તો. ૧૦, કચુરો તો. ૫, જખલો તો. ૨ાા, સુખડનો વહેર તો. ૧૦, તગર તો. ૨૦, બ્રાહ્મી તો. ૫, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૫, તમાલપત્ર તો. ૨ાા, કપુરકાચલી તો. ૫, પાનડી તો. ૫, ધ્રૂઉંલા તો. ૨ાા, બાબચી તો. ૨ાા, અગર તો. ૫, તજ તો. ૨ાા, મોથ તો. ૧૦, તલનું તેલ બંગાળી શેર ૮ (તો. ૬૪૦)

રીત-બધાં વસાણાં અધકચરાં ખાંડી, તેમાં તેલ નાંખી, એક વાસણમાં આઠ દિવસ પલાળી મૂકવું. પછી સુકાં આંબળાં તોલા ૪૦ લઈ તેને ખાંડી, પાણી શેર ૧૦ માં ઉકાળો કરવો. અરધું પાણી રહે ત્યારે ઉપરનું મસાલો પલાળેલું તેલ ઉકાળા ભેગું નાંખી, ધીમી આંચે પકાવવું. ઉભરો આવે તે વખતે ધ્યાન રાખવું. તેલમાં લીલો રંગ લાવવો હોય તો આંબળાંનાં લીલાં પાનનું ચુર્ણ તો. ૨૦ નાંખવું, લાલ રંગ લાવવા માટે જાસુદીનાં ફુલ તો. ૫ નું ચુર્ણ નાંખવું અને તમામ પાણી બળતાં સુધી ઉકાળી પછી નીચે ઉતારી ગળી લેવું. આ તેલ શરીર ઉપર પણ ચોળી શકાય છે. તેથી શરીરનો વર્ણ સુધરે છે અને ચામડી કોમળ તથા તેજસ્વી થાય છે. માથામાં નાંખવાથી વાળ વધી કાળાશ લાવનાર અને લાંબા તથા સુંવાળા બને છે. ઉત્તમ, અમૂલ્ય અને ગુણકારી આ તેલ બને છે.

*

(૧૮) ભાઇ અમદાવાદી

આપનો નનામો પત્ર મળ્યો. મારા ઉપર નનામા પત્રો લખવા એનો અર્થ નથી સમજાતો. દરદી અને અભિપ્રાય માગનાર માનવીઓ એ મારાં ભાઇ–બ્હેન યા બેટા–બેટી હોઇ શકે. એમના આંતરિક જીવનથી હું વાકેફગાર હોઉં એથી મને અંગત લાભ–હાનિ નથી. માત્ર મારી દૃષ્ટિ એક જ છે કે જગતનાં જીવો સુખી થાય, મારી પાસેથી સાચો રાહ સંપાદન કરે અને મારી પાસેથી મેળવેલું જ્ઞાન બચાવે. એ સિવાય મને અન્ય આકાંક્ષા નથી. એટલે આપની સવિસ્તર હકીકત અને પુરૂં નામ, ઠામ ઠેકાણું લખવાથી આપ જરૂર યોગ્ય રાહ મેળવી શકશો. નનામા કિંવા અધૂરા શિરનામાવાળા પત્રો ઉપર લક્ષ આપવામાં આવતું નથી.

*

(૧૯) શ્રી. આર. જી. મહાણી

અટકાવ સાફ આવવા છતાં આપનાં પત્નીને દુઃખાવો થાય છે. એનું કારણ અને ઉપાય માગો છો:

અટકાવ આવે ત્યારે પેઢુ ભારે થવું, જાંગોમાં ભાર જણાવો, આળસ આવવી અને સ્તનમાં કઠિનતા જણાવી એ તો જાણે અટકાવ આવવાની નિશાની કે સાધારણ ચિહ્ન છે.

છતાં પેઢામાં કે કમળમાં અથવા યોનીમાર્ગમાં દુઃખાવો થવો, એ બતાવે છે કે તેમના ગુપ્તભાગમાં અવ્યવસ્થા અથવા વ્યાધિગ્રસ્તતા છે.

ખરૂં પુછાવો તો આ વ્યાધિમાં પ્રથમ સાચા નિદાનની જરૂર છે. કારણ કે યોનીમાર્ગ અથવા પ્રજનન વિભાગમાં કાંઇ એક જ અવયવ નથી. તેમાં જુદા જુદા વિભાગો અને તેનાં જુદાં જુદાં કાર્યો

છે. તેની સાથે તેમાં જુદી જુદી વખતે સંકોચ, વિકાસ, ક્રિયા અને વિક્રિયા થતી રહે છે. આ માર્ગના ઊંડા અભ્યાસી સિવાય સારા ચિકિત્સકો પણ કેટલીક વખત નિદાનમાં ભૂલ કરી બેસે છે.

આયુર્વેદ શાસ્ત્ર એને કષ્ટાર્તવ માને છે. ઉપાય તરીકે આપને બે જાતની ગોળીઓ બતાવું છું. તેનો ઉપયોગ કરવાથી દર્દ નાબુદ થશે.

ગોળી નંબર ૧

વાવડીંગ તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, જવખાર તો. ૧, લોહભસ્મ તો. ૧, હરડે તો. ૧, બહેડાં તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, ઉલટકંબલ તો. ૧, જવનો લોટ તો. ૭.

એ બધાંને સાથે ખાંડી અરણીના રસમાં ચણીબોર જેવડી ગોળી વાળવી.

ગોળી નંબર ૨

કપુર તો. ૧, હીંગ તો. ૧, ભાંગ (લીલાગર) તો. ૧, એ ત્રણ વસ્તુને મેળવી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી.

ઉપયોગ–ગોળી નંબર એકની દરરોજ એક ટંક ચાર ગોળી સ્હવારમાં અરણીનો રસ તો. ૦॥ અને મધ તો. ૧॥ તેની સાથે લેવી અને દરરોજ એ જ પ્રમાણે લીધા કરવી.

અટકાવ વખતે–ગોળી નંબર ૨ દુઃખાવો થાય તે વખતે બબે ગોળી પાણી સાથે ગળવી. આખા દિવસમાં ત્રણ વખત–એકંદર ૭ ગોળી આપવી.

ઝાડો સાફ આવવા માટે અટકાવ વખતે એરંડીયું તેલ સુંઠના ઉકાળા સાથે જરૂર આપવું. કબજીયાત ન રહે તેની જરૂર કાળજી રાખવી ઘટે. નંબર એકની ગોળી ત્રણ મહિના લાગઠ આપવાથી કાયમને માટે દુઃખાવો નાબુદ થશે. વાલ, વટાણાં, ભજીયાં, પાતરાં વગેરે ખોરાક છોડવો. બને તેટલું બ્રહ્મચર્ય પાળવું. અટકાવ દરમ્યાન થોડો શેક પણ કરવો.

*

(૨૦) ભાઇ પી. એમ. શાહ.

સ્વપ્નદોષ એ જેમ શારીરિક વ્યાધિ છે તેમ માનસિક પણ છે, એ આપ જાણતા હશો જ. ભલે સ્ત્રીસંગ ન કરો, પણ સંભોગની તીવ્ર ઇચ્છા અને સ્ત્રીઓનાં અંગઉપાંગો જોયા કરવાની ટેવ પણ સ્વપ્નદોષને આમંત્રણ આપે છે એ જાણો છો? જરા શંકરાચાર્ય ભગવાનનાં વચનો યાદ કરશો કે?

'નારી સ્તનભર જંઘનિવેશમ, દષ્ટવા માયા મોહાવેશં;
એતનમાંસ વસાદિ વિકારં, મનસિ વિચારય વારંવારં—ભજગોવિંદમ.

જો આપની એ દિનચર્યા બંધ નહીં કરો તો મારા ઉપચારો આપને નકામા નીવડશે. માફ કરજો હો, આપના પત્ર ઉપર એટલી ટીકાની જરૂર છે.

હવે ઉપાય

વાંસકપુર તો. ૦।, રૂમીમસ્તકી, તો. ૦।, ગોખરુ સત્વ તો. ૦।, સુખડનો વહેર તો. ૦।, એલચી તો. ૦।, આંબળાં તો. ૦।, સફેદ બમન તો. ૨ા, ચાંદીના વરખ તો. ૦ા, એને ગુલાબજળમાં ઘુંટી ચણા પ્રમાણે ગોળી વાળવી. સવાર સાંજ બબે ગોળી ગાયના દુધ સાથે એક મહિનો ખાવી. તેલ, મરચાં, બજારૂ મીઠાઇ, નાટક—સીનેમા, શૃંગારી નવલકથા અને નવસ્ત્રી સ્ત્રીઓના ફોટા જોવા બંધ કરવા.

શેક કરો

એરંડીનાં મીંજ, જુનો ગોળ, કાળા તલ, કપાસીયાનાં મીંજ અને મધ એ દરેક બબે તોલા, કુષ્ટ, જાયફળ, જાંવત્રી, અક્કલકરો એ દરેક એકેક તોલો. એ બધાંને ખાંડી ભૂકો કરી અરધા અરધા તોલાની બારીક કપડામાં પોટલીઓ બાંધવી.

બાદ લોઢાના તવામાં બકરીનું દુધ શેર ૦ નાંખી અંદર પોટલી મૂકવી. ગરમ થાય એટલે ગુપ્ત ભાગના મૂળમાં જ્યાં વાંકાપણું આવ્યું છે તે જગ્યાએ શેક કરવો. સાત દિવસ ચાલુ રાખી વચમાં ત્રણ

દિવસ બંધ કરી બીજા સાત દિવસ શેક કરવો. એ પ્રમાણે ૨૧ દિવસ પુરા કરવા.

જરૂર વાંકાપણું નાબુદ થશે, ગુપ્ત ભાગ વિકસશે અને સ્વપ્નદોષ બંધ થઇ યોગ્યતા આવી જશે. મારા દરેક શબ્દની કદર કરશો, ફાયદો તમારા સંયમ ઉપર આધાર રાખે છે.

*

(૨૧) એક જીજ્ઞાસુ

ભાઇ! શરીર એ કમાડના મીજાગરા જેવું છે. તેને વારંવાર ઉઘાડ કરવામાં આવે તો જ કાટ ન ચડે અને અવાજ પણ ન કરે. અર્થાત શરીરને જેટલી ખોરાકની જરૂર છે તેટલી જ કસરતની છે. શરીરને હેરવા ફેરવ્યા વગર કે યોગ્ય મજુરી આપ્યા વગર બેસી રહેનારને મેદ ન થાય તો બીજું શું થાય?

મેં એક પરમહંસને જોયા છે. એમને પરમાત્માએ એટલી શરીર ઉપર માટી ખડકેલી કે તેઓ પોતાની ગુદા હાથે ન ધોઇ શકે; પણ એ દ્વાર સાફ કરવા માટે એક માણસ રાખવો પડતો. છતાં જમવામાં ટંકે દોઢ શેર ડુંગળીનું શાક અને એક શેર ઘીનો શીરો જોઇએ! અને વળી એવા માલપાણી ઝાપટીને મુલાયમ ગાદલા ઉપર સુઇ કે બેસી રહેવાનું! કહો, પછી એનું પરિણામ શું આવે?

આપનું શરીર બહુ મેદવાળું છે. તેને માટે કસરત સિવાય બીજો ઉપાય માગો છો. 'કસરત' એ શબ્દ ઉપર જ તમોને અભાવ જણાય છે. જો તેના ઉપર સદ્‌ભાવ હોત તો શરીર પણ આટલું મેદવાળું ન બન્યું હોત. ખેર, પણ ભાઇ! હવે બીજું કાંઇ નહિ તો એકાદ બે માઇલ ચાલવાનું રાખો તો શરીર વધારે મેદવાળું બનતું અટકશે. અને સવારમાં ચહા સાથે ગાંઠીયા લેવાની ટેવ હોય તો છોડી દેજો. માખણ કે ઘી ન લેતા. બાજરીનો રોટલો અને મગની દાળ વધારે ખાઓ, અને બને તો છએક મહીના અનાજ છોડી દુધ ઉપર

રહી જાઓને ! શરીર મજાનું હલકું ફુલ બની જશે. જોજો દુધ ભેંશનું નહિ પણ ગાયનું લેજો.

દવામાં તો ગુગળની કોઇ પણ બનાવટ—પછી યોગરાજ અથવા પથ્યાગુગળ કે કાંચનાર ગુગળની ગોળી સ્હવાર સાંજ બબ્બે લ્યો. જમ્યા પછી અરધો ઔંસ કુમારીઆસવ પીઓ. સ્હવાર સાંજ અરધો તોલો મધ અઢી તોલા પાણીની સાથે પીઓ. મેદ વધતો અટકશે. પણ કસરતમાં ચાલવું અને દુધ ઉપર રહેવું એ તમારા માટે અમૃત જેવા ગુણકારી ઉપાયો છે.

સ્ત્રીની માફક છાતીનો ભાગ વધારે મોટો થયો છે અને એને લઇ આપને શરમ આવે છે. એના માટે શું કરવું ?

ભાઇ સ્ત્રીની અને તમારી છાતીમાં ફરક છે. તમારે તો માંસ-મેદના લોચા છે અને. સ્ત્રીઓને તો દુગ્ધવાહિનીઓ અને રક્તવાહિની શિરાઓની ગ્રંથીથી સ્તન બનેલાં હોય છે. એટલે આપને ગભરાવાની જરૂર નથી. માત્ર શરીરનું બીજું અંગ જેમ માંસ-મેદના કારણે ફુલ્યું છે તેમ તે ભાગ પણ મેદલ-માંસલ બન્યો છે. શરીરનો બીજો ભાગ ઘટશે તેની સાથે એ પણ ઘટી જશે. છતાં દંડ કરવાનો અભ્યાસ શરૂ કરો. એથી વહેલાં સ્તન ઘટી જશે.

*

(૨૨) એક વ્હોરા ગૃહસ્થ

આપ વિદ્વાન છો અને બુદ્ધિમાન પણ છો એમાં શક નથી. એ તો આપના લખાણ ઉપરથી જ સમજાય છે. પરંતુ આપ કોઇ પણ જાહેર સમારંભ, સભા કે પાંચ દશ વ્યક્તિઓ સન્મુખ અથવા કોર્ટમાં સાક્ષી આપતી વખતે ગભરાઇ જાઓ છો અને આગળથી નિશ્ચય કરી રાખેલ હોવા છતાં મનધાર્યું બોલી શકતા નથી, અને તે વખતે હૃદય ગભરાઇને વધારે ગતિમાન થઇ જાય છે એનું શું કારણ ? એ આપનો પ્રશ્ન છે.

ભાઇ ! આ કોઇ રોગ નથી હો. જોજો તેવું માની બેસતા ! આ તો છે તમારા મનજી ભાઇએ ઉપજાવી કાઢેલો ભયનો હાઉ ! પ્રથમ તો તમને તમારી યોગ્યતા માટે જ શંકા છે. કોઇ પણ ઠેકાણે બોલવાનું છે એ વિચાર આવતાં તમે બરાબર બોલી શકશો કે નહીં એની પ્રથમ તમને શંકા ઉપજે છે. પછી એ શંકામાંથી તમે વિચાર કરો છો. સભા વચ્ચે બરાબર ન બોલાય તો ? ભૂલ થાય તો ? સભામાં સારા વિદ્વાન હોય, લીડર હોય. વક્તા હોય, છટાથી આંજી નાંખનાર વાણીવિશારદો હોય તેમાં બરાબર બોલાશે ? આવા વિચારોથી બુદ્ધિ ઉપર અંધકારની પીછોડી પડે છે, અંતઃકરણ ધુસરા વાદળથી ઘેરાય છે. અને યાદશક્તિ એ માદક અસરને લઇને શૂન્ય બની જાય છે. એટલે જ હૃદય ધડકે છે, તેને ભય થાય છે કે કદાચ મારૂં સ્થાન હું ન સાચવી શકું તો ?

આ બધા વિચારોની પરંપરા પોતાની યોગ્યતા માટે શંકા ઉપજાવીને, ખરી વખતે ધ્રુજતા પગ અને કંપતું હૃદય બનાવી મૂકે છે. તમારે માટે નહિ, હરકોઇ બોલવા માટે પહેલ કરનારની આ જ સ્થિતિ હોય છે અને આવો થોડો કડવો અનુભવ મને પણ છે. પરંતુ જેમ જેમ ઉમર વધતી જાય છે અનુભવ વધતો જાય છે, યોગ્યતા વધતી જાય છે તેમ તેમ ભય ઓછો થતો જાય છે. ખરી રીતે તો આપણે આપણા ઘરના બાળક સાથે જેટલી છુટથી વાત કરતા હોઇએ તેટલી જ છુટથી આપણે સભામાં શા માટે બોલી ન શકીએ ? જ્યારે બોલવામાં પણ આપણને શિષ્ટાચાર, મીઠાશ, કે મોટાઇ આડે ફરે છે ત્યારે જ પગમાં લથડીયાં આવવા લાગી પડું પડું થઇ જાય છે.

ગભરાતા નહિ. હિંમતથી નિશ્ચયપૂર્વક પ્રયત્ન કરો, ભયને નજીક આવવા નહીં આપો તો જરૂર સફળતા મળશે અને એકાદ બે વખતની સફળતા આગળ લઇ જવામાં તમને બહુ મદદગાર થશે. બાકી સંશયાત્મા વિનશ્યતિ. ’

*

(૨૩) બાબુ-શીહેાર

પ્રથમ હસ્તમૈથુન, સ્ત્રીસમાગમ, પરિણામે શરીરમાં ધ્રુજારી, અને ગુપ્ત ભાગ તદ્દન ટુંકો તથા ગળી ગયેલો. એને માટે ઘેર બનાવી શકો એવા ઉપાય માગો છો ને? લ્યો ત્યારે :

સફેદ કરણના મૂળની છાલ તો. ૨૦ અને ગાયનું દુધ શેર પાંચ.

ગાયના દુધને ગરમ મૂકો. અંદર ઝીણા ટુકડા કરી કરણની છાલ નાંખી ચાર પાંચ ઉભરા આવે એટલે ઉતારી ઠંડું થયે તેમાં મેળવણ નાંખી મેળવી ઘો. દહીં થયા પછી તેને વલોવી ઘી બનાવો. તે જેટલું ઘી હોય તેમાં અઢી તોલા સીંહની ચરબી, અઢી તોલા સુવરની ચરબી અને એક તોલા હીનાનું અતર મેળવીને બાટલીમાં ભરી રાખો.

રાત્રે ગુપ્ત ભાગની નસો ઉપર ધીમે હાથે માલીસ કરો અને ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધો. એક મહિના સુધી ચાલુ રાખો.

ખાવા માટે શુદ્ધ ઝેરકોચલાં તો. ૧, ચંદ્રોદય તો. ૧, જાયફળ તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, ફોસફરસ ૦)=, જુંદબેદસ્ત તો. ૧, કસ્તુરી વાલ ૧, અંબર વાલ ૨.

પાનના રસમાં એક દિવસ ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળી સવાર સાંજ બબે ગોળી ગરમ કરી સાકર એલચી નાંખેલા દુધ સાથે લ્યો. આંબલીની ખટાશ કે કાચી કેરી ખાશો નહિ. ફરી પુરૂષાતન આવશે, ગુપ્ત ભાગ સંપૂર્ણ બનશે. છતાં વિચારપૂર્વક વર્તન રાખશો તો સુખી થશો.

*

(૨૪) પ્રેમીલા બહેન–મદ્રાસ

બહેન ! આપનો પ્રશ્ન સાંસારિક અને આંતરિક જીવનનો છે. મારે કબૂલ કરવું રહ્યું કે મેં શારીરિક અને માનસિક પ્રશ્નોના જવાબ આપવા કબૂલ્યા છે. એટલે આપની ફરિયાદ ભલે શારીરિક વ્યાધિની નથી છતાં, આપ મનની મુંઝવણનો ઉકેલ 'બહુરૂપી' મારફત માગો છો, એટલે અમુક મર્યાદામાં રહીને પણ મારે પ્રકાશ ફેંકવો જોઇએ.

પતિ પરાયા ઘેર ભટકનારા સ્વેચ્છાચારી છે. તેમને સમજાવતાં કલહ અને વિતંડાવાદ જાગે છે, તો આપે શું કરવું ? એ આપનો પ્રશ્ન છે.

કેટલાએ કાળથી પુરૂષો સ્વતંત્ર રહ્યા છે અને રહે છે. સ્વતંત્ર રહેવું એ એમનો જન્મસિદ્ધ હક્ક એમણે માન્યો છે, અને ધીમે ધીમે એ સ્વતંત્રતામાંથી સ્વછંદતાએ જન્મ લીધો છે. કારણ કે સ્વતંત્રતા અને સ્વછંદતા એ બહુ નજીકનાં પડોશી છે. માત્ર વચમાં એક બારીક દીવાલ છે. તે ભેદાય એટલે પછી સ્વતંત્રતા એ સ્વછંદતામાં ફેરવાઇ જાય છે. પરંતુ નૈતિક જીવનનો મહામૂલો મંત્ર જેમણે અભ્યાસપુર્વક અપનાવ્યો હોય છે તે આ પરિવર્તના પાશમાં સપડાતા નથી. બાકી નૈતિક સીડીનાં પગથીયાં એટલાં લપસણાં છે છે કે જરા જેટલો પગ ખસ્યો કે છેક તળીએ જઇ પડાય છે. પછી ભલે તે સ્ત્રી હોય યા પુરૂષઃ તેનું પતન અવશ્ય થાય છે.

છતાં હિંદુ લગ્નગ્રંથીથી જોડાયેલાં સ્ત્રી અને પુરૂષ એક બીજામાં સંતુષ્ટ રહી પત્ની એક પતિવ્રત અને પતિ એક પત્નીવ્રતનાં ઉપાસક રહે છે તો તેમનો ગૃહસંસાર નંદનવન જેવો ખીલીને ફળ આપનાર બને છે, પરંતુ જ્યારે એક બાજા પ્રત્યે શંકાની નજરે જોવા લાગે છે ત્યારે ધીમે ધીમે પણ બેઉ એક બીજાથી એટલે દૂર જતાં જાય

છે કે બેઉની વચમાં જે અવિભાજ્ય સ્નેહની સાંકળ લાગેલી હોય છે, તે તૂટી જવા પામી, પછી તેમની વચમાં અતૂટ વજ્રની દીવાલ રચાય છે અને એ દીવાલની ઓથે રહી, શંકાના કીડાને પોષણ આપી, નિર્મળ અંતઃકરણને ક્લિષ્ટ બનાવતાં રહે છે. નથી એ સંસારમાં આનંદ હોતો, નથી રહેતી તેમાં ખુશીઓ.

આ સ્થિતિએ પહોંચતાં પહેલાં સ્વસ્થ ચિત્તવાળો પુરૂષ યા સ્ત્રી સામા પક્ષનો પગ નીતિના પગથીયા પરથી ખસતાં પહેલાં યુક્તિ-પ્રયુક્તિથી સાચવી લે છે તો તે ફરી પગભર થાય છે અને પડતાં બચે છે. પરંતુ ખસેલા પગને ફરી સાચવી રાખવો, એ કેવળ શંકાઓથી, આરોપથી, કલહથી કે આક્ષેપોથી નથી બની શકતું. એ ઉપાયો તો કેટલીક વખત અવળા પડે છે અને પડનારનો ધક્કો લાગે એના જેવા તેને વેગ આપનારા બને છે. પરંતુ એ માટે સરસ ઉપાય છે પ્રેમનો. પ્રેમ આ બે અક્ષરનો શબ્દ અનેક રૂપની વ્યાખ્યા પામેલો છે. પતન પામવા તૈયાર થનારને શી ઉણપ છે તેની તપાસ કરી, એ ઉણપ કાઢવાનો જો પ્રેમથી પ્રયાસ કરવામાં આવે તો જરૂર તેને બચાવી શકાય છે.

બહેન ! આ તો થોડીક જીવનની લાઇનદોરીની રૂપરેખા બતાવી છે. આપને સીધી સલાહ તો એ છે કે પ્રથમ આપે પતિ પ્રત્યેની કુશંકાઓને તિલાંજલી આપી સ્નેહાળ બનવું. તેને બહાર જવાને શું કારણ છે, આપનામાં એ કઇ જાતની ઉણપ જુએ છે, કઇ જાતની પુરતી ચાહે છે, તેની સાચી તપાસ કરી, અનુકૂળ બનશો તો તમે જરૂર તમારા પ્રયત્નમાં ફાવી શકશો. પરંતુ આ પ્રયાસમાં જરાયે કડવાશ આવવા દેશો નહિ. અમીની આંખોએ, થનગનતા હૃદયે, પુષ્પ વેરતી વાણીએ તમે જો ધારશો તો પતિને એકપત્નીવ્રત તરફ લાવી શકશો. અસ્તુ.

*

(૨૫) શ્રી સુરેન્દ્રનાથ એમ.—નાઇરોબી

માતાજીને થયેલી દાદર અને શરીર ઉપરની ખુજલી માટે આપ ઉપાય માગો છો.

ભાઇ ! આવા વ્યાધિઓનાં મૂળ લોહીમાં મળેલાં હોય છે અને એ લોહીને દુષિત કરનારા વિરૂદ્ધ ખોરાકો અને ખોરાકમાં રહેલા અત્યંત ખાટા ખારા પદાર્થો છે.

એટલે જ ઉપરથી દવાઓ લગાડવાથી કાયમી લાભ થતો નથી, કદાચ કોઇને થોડો લાભ થતો હશે, પણ ફરી એની એ જ સ્થિતિ થઇ આવે છે. એટલે આ સ્થિતિમાં નીચે મુજબની દવા ખાવામાં વાપરવાની જરૂર છે.

મજીઠ તો. ૨ાા, શુદ્ધ ગંધક તો. ૨ાા, મીંઢીયાવળની પત્તી તો. ૧ાા, નસોતર તો. ૧, સાકર તો. ૨ાા, વરીયાળી તો. ૨ાા, હરડે તો. ૨ાા.

બધી વસ્તુ સરખા વજને ખાંડી સવાર સાંજ પાવલીભારની ફાકી સાદા પાણી સાથે લેવી. એકાદ દસ્ત વધારે આવશે અને એ પછી જ ચામડી ઉપર કોઇ પણ મલમ લગાડશો (દાદરનો) તો દાદર કાયમી નાબૂદ થઇ જશે.

*

(૨૬) અબદુલ હુસેન—મહુવાવાળા

ભાઇ ! ચિંતા એ આ સંસારમાં કોને નથી હોતી ? છતાં પ્રભુએ જે સ્થિતિમાં રાખ્યા હોય તેથી સંતુષ્ટ રહેનારા ચિંતાના સાણસાથી થોડા પણ મુક્ત રહી શકે છે; અને એથી વધારે મુક્ત રહી શકે છે ઇશ્વર ઉપર દૃઢ ભરૂંસો રાખનાર. બાકી મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ સેવનાર અને રાત્રિ દિવસ એ આંકાંક્ષાઓને પાર પાડવા માટે અસંતુષ્ટ રહેનાર મનથી અને શરીરથી સુખી નથી રહેતા. હું માનું

છું કે તમારા માથાના વાળ ખરી પડી ટાલ પડવાનું કારણ વધારે પડતી ચિંતા હોવી જોઈએ. તેના ઉપાય તરીકે, મન પ્રફુલ્લિત રાખો અને નીચેનું તેલ માથામાં નાંખો.

ખોપરેલ તેલ શેર ૨ાા, હાથીદાંતનો વેર તો. ૫, ઘંઉલાં તો. ૫, લીલો ભાંગરો તો. ૨ાા, બ્રાહ્મી તો. ૨ાા, નારંગીની છાલ તો. ૨ાા, રતાંજલી તો. ૨ાા, સુખડ તો. ૨ાા.

તેલ સિવાયની બીજી વસ્તુઓને ગુલાબજળ અથવા કેવડાજળમાં ચટણી માફક વાટી કોપરેલમાં આગલા દિવસે પલાળી રાખવી. બીજે દિવસે સવારમાં ધીમી આંચે બે ત્રણ ઉભરા આવે એટલું ગરમ કરી પાણીનો ભાગ શોષાઈ જાય એટલે તેલ ગાળી લ્યો. એ તેલ માથા ઉપર ઘસો. વાળ ખરતા અટકી ધીમે ધીમે આવવા લાગશે. લીલું ટોપરૂં પાંચ તોલા દરરોજ ખૂબ ચાવીને ખાઓ.

*

(૨૭) રમાકાન્ત યોગી

આપે ઉપનામ તો મજેનું રાખ્યું છે. પરંતુ આપની માનસિક હાલત 'યોગી' શબ્દને શરમાવે તેવી છે. પુરૂં નામ ઠામ ઠેકાણું લખ્યા સિવાય જવાબ આપવાનો રિવાજ નથી, એ આપના ખ્યાલ બહાર ન હોવું જોઈએ.

*

(૨૮) રમણલાલ પુનાવાળા

આપનો પ્રશ્ન ગાયનું અને ભેંશનું દુધ-તેમાં સારૂં કયું છે એ છે, અને દુધ નહિ પચવાનું આપ કારણ પૂછો છો.

સ્વાદની દૃષ્ટિએ આપણને ભેંશનું દુધ સારૂં લાગે છે અને તેમાં રહેલાં ગળપણ, ઘટ્ટપણું તથા વિશેષ મલાઇને લઇને ભેંશનું દુધ લેવા

તરફ દરેક માણસની વૃત્તિ આકર્ષાય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ જે તત્ત્વો, કેલસ્યમો, ગાયના દુધમાં છે તે ભેંશના દુધમાં નથી. પૌષ્ટિક પદાર્થ તરીકે દુધની ગણુના સર્વોપરી છે. પરંતુ પાષ્ટિકનો અર્થ એ નથી થતો કે શરીરને તાજું અથવા ગદામદા કરવું. પુષ્ટતા તો તેને કહી શકાય કે જેમાં શરીરના દરેક અવયવને એક સરખી અને સાચી મદદ મળે તથા દરેક અવયવ સંપૂર્ણ બને. એ બધા ગુણો તો ગાયના દુધમાં છે. ગાયનું દુધ પૌષ્ટિક છે, એટલું જ નહિ પણ તેમાં એવાં સુંદર તત્ત્વો સમાયેલાં છે કે તે શરીરની અચ્છી મરામત કરે છે, મગજ ભરે છે, બુદ્ધિ વધારે છે, શરીરમાં મુલાયમતા અને તેજસ્વીતા લાવે છે, સ્ફુર્તિને જાગૃત કરે છે, આંખની જ્યોતને ચમકીલી બનાવે છે અને સત્ત્વગુણુ વધારે છે; જ્યારે ભેંશનું દુધ તો મેદ અને માંસ વધારે છે, વીર્યને ઘટ તત્ત્વવાળું બનાવે છે, છતાં તે આળસ અને પ્રમાદીપણું લાવે છે અને કાંઇક અંશે બુદ્ધિને જડ બનાવે છે. એક સાદો દાખલો આપું: ભેંશની ઓલાદ પાડો અને ગાયની ઓલાદ વાછડો: આ બે જ્યારે બાળક અવસ્થામાં હોય, જે વખતે દુધ ધાવતાં હોય ત્યારે તેમનું નિરીક્ષણુ કરો. વાછડાની સ્ફુર્તિ, ચપલતા, તેજસ્વિતા, અને સુંદરતા કાંઇક ઓર માલૂમ પડશે; જ્યારે પાડો હઠીલો, પ્રમાદી, ઇર્ષ્યાળુ, શરીરે ગદામદા છતાં બેપરવા જણાશે. જે પ્રાણીઓના જેવા ગુણ હોય તેવા ગુણ તેના દુધમાં પણ હોય, અને તે દુધ લેનારમાં સાધારણુ રીતે તે ગુણ તરફ વળતી બુદ્ધિ થાય છે. 'આહાર એવો ઓડકાર' એ આપણામાં તદ્દન સાદી કહેવત છે. છતાં અત્યારે ગાયનું દુધ માંદા માણસો જ વાપરે છે! એમ શાથી બન્યું છે? એમ બનવાનું કારણુ આપણી ગાયો પ્રત્યેની બેદરકારી છે.

ભેંશ પાસેથી ઝાઝું દુધ મેળવવા માટે તેને, કપાસીયા, ખોળ, બાજરી, ભુસું જેવો પૌષ્ટિક ખોરાક આપવામાં આવે છે અને એવા ઉંચા ખોરાકને લઇને ભેંશનું દુધ વધારે સ્વાદિષ્ટ અને મલાઇવાળું

બને છે; જ્યારે ગાયો બિચારી ભેંશ જેટલો તત્ત્વવાળો ખોરાક મેળવી શકતી નથી. બલકે ગાયોને ખાસ કોઇ પાળતું નથી એમ કહીએ તો પણ ચાલે. રબારી, ભરવાડ લોકો ગાયોનાં મોટાં ટોળાં રાખે છે, ગાયોને એમના તરફથી પુરતું પોષણ મળતું નથી, છતાં એમનાં આંચળમાંથી દુધ લઇ લેવાય છે. જે ગાય માત્ર જંગલમાં સુકું ઘાસ સિવાય બીજું કાંઇ મેળવી શકતી ન હોય તેના દુધમાં મલાઇ અને મીઠાશ કયાંથી હોય ? છતાં પણ તેના ઉંચા ગુણો તેમાંથી કાંઇ નાબુદ નથી થતા. અને એ ગાયોને પણ જો ભેંશ જેટલો જ ઉંચો ખોરાક આપવામાં આવે, તેની સુંદર રીતે સંભાળ રખાય, સારૂં, સ્વચ્છ, તાજું અને ભેળસેળ વગરનું દુધ મેળવવા દરેક કુટુંબ એક એક ગાય ઘરઆંગણે રાખે તો દુધની ખરી મજા, તેના ઉંચા ગુણો પ્રાપ્ત કરી શકાય. અને આયુષ્ય લંબાવી શકાય. પણ દિલગીર થવા જેવું છે કે આર્યભૂમિના આજના ધનવાનોમાં એકાદ મોટર, એકાદ રેડીઓ કે એકાદ ડોકટરનું ખરચ નિભાવી શકવાની તાકાત છે, પણ એક ગાય તેમનાથી નિભાવી શકાતી નથી.

દુધ એ અલૌકિક વસ્તુ છે. તેને વિકૃત નહિ કરવામાં આવે અને જો મૂળ સ્વરૂપમાં માણુસ લેતો થાય તો તેનું સ્વરૂપ એ મનુષ્યનું નહિ પણ દેવનું બને છે. દુધ, તેના ગુણ, અને ગાય એ બાબત એટલી વિશાળ છે કે તેનું વર્ણન કરતાં ગ્રંથો લખાય. જ્યારે આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવાનો હોઇ ટુંકામાં જણાવવું જોઇએ કે ગાયનું દુધ એ તંદુરસ્ત અને બીનતંદુરસ્ત સઘળાંને માટે ઉત્તમ છે. માટે બને ત્યાં સુધી ગાયનું દુધ લેવાનો જ આગ્રહ રાખવો જોઇએ.

દુધ ન પચે કેમ ? દુધ ધાવીને આપણે મોટા થયા છીએ. દુધ એ પૃથ્વીનું અમૃત છે. જેટલું દુધ શરીરને પોષણ આપે છે, જીવનતત્ત્વ વધારે છે, એવો પદાર્થ ભાગ્યે જ બીજો કોઇ હોઇ શકે, છતાં તે નહિ પચવાનું કારણ આપણા વિકૃત આહારો અને એ આહારથી બગડેલાં આપણાં પકવાશયો છે. છતાં દુધ પચે તેવા કેટલાક ઉપાય બતાવું છું :

(૧) થોડી આદુની કટકીઓ ચાવી ઉપર દુધ પીઓ.

(૨) એલચી, તજ, અને ફુદીનો નાંખી ગરમ કરી દૂધ લ્યો.

(૩) પીંપર તેની અંદર આખી નાંખો અને ગરમ કરો. પ્રથમ પીંપર ચાવી ઉપર દુધ લ્યો. દરરોજ એક એક પ્રમાણે વધારતા જાઓ. ૨૧ પુરી થાય એટલે એક એક ઘટાડતા જાઓ. ૪૨ દિવસે પ્રયોગ શરૂ થશે અને પછી દુધ પચવા લાગશે. પીંપર વલસાડી લેવી, અને જેમ રોજ પીંપર વધે તેમ દુધનું પ્રમાણ પણ વધારવું. આ પ્રયોગ ચાલતો હોય ત્યારે ખોરાક સાત્વિક લેવો. અર્થાત્ વાલ, વટાણાં, ભજીયાં, પાતરાં વગેરે ધમધમાટવાળા કઠોળ આદિ પદાર્થો ખાવાં નહિ.

(૪) પૂર્ણ ચંદ્રોદયની અનુપાનમિશ્રિત બે ગોળી સવારમાં મધ સાથે ચાટી ઉપર દુધ પીઓ. આ ઉપાય ગમે તેવા દુધ ઉપર અભાવ-વાળાને બે થી પાંચ રતલ દુધ લેતો બનાવે છે.

*

(૨૯) ભાઈ નરહરી-હાલોલ

શરીર ઉપરના વાળ નાબુદ થાય, ફરી કોઇ વખત ઉગે નહિ, ચામડી મૂળ સ્વરૂપમાં રહે એવો ઉપાય માગો છો :

મારા ધારવા પ્રમાણે આવો કોઇ ઉપાય નથી. ફરી વાળ ન ઉગે તેવા પ્રયોગો છે, પરંતુ તેવી દવાઓમાં ઘણે ભાગે હરતાલ, મનશીલ, કળીચુના જેવા અત્યંત દાહક પદાર્થો પડે છે. તેથી કદાચ વાળનાં મૂળનો નાશ થતો હશે, પરંતુ ચામડી શ્યામ અને કદરૂપી થઇ જાય છે.

મને લાગે છે કે આપણો આ એક ખોટો મોહ છે. શરીર ઉપરના વાળ કુદરતે બહુ સમજપૂર્વક ઉગાડયા છે, અને એ શરીરનું અંગ નાહ તો પ્રત્યાંગ છે. એનો કાયમ નાશ કરવાથી શો લાભ? સારા દેખાવાનો! પણ સારા દેખાવાની કોઇ વ્યાખ્યા હશે ખરી? સારૂં કોને કહેવું? ગુજરાતીઓ માથા અગાડીના ભાગમાં બાબરી (વાળ)

રાખે છે. મારવાડી તે જ જગ્યાએ અસ્તરાથી ખેાડાવીને ઉભેા લીંટેા કરાવે છે. કેટલાક મરદ વળદાર મજાની મુછેા રાખે છે અને કેટલાક ભાઇ દરરેાજ એ જગ્યાએ સેફ્ટી રેઝર ફેરવી અંકુરેા આવવા નથી દેતા. એમાં સુંદર કેાણુ લાગતું હશે ? છતાં નકામી જગ્યાના વાળ તે માટેનાં સાધનેાથી દૂર કરવાનેા મેાહ રાખશેા નહિ. નહિતર કેાઇ અનાડી માણુસ એ જગ્યાએ દઝાડી મૂકશે અને ઉલમાંથી ચુલમાં પડવા જેવું થઇ પડશે.

વારૂ, હવે શરીરે તાજું થવાય અર્થાત લેાહી અને માંસ વધે, શરીર પુષ્ટ થાય, તે માટે આમ્ર પ્રયેાગ દુધની સાથે કરવાની સલાહ આપું છું. કેરીના પ્રયેાગ જેટલેા સસ્તેા, સરલ અને ઉપયેાગી ઉપાય વજન વધારવાનેા અને પુષ્ટિ મેળવવાનેા બીજો એકે નથી.

*

(૩૦) નટવર ડી. પટેલ–ઇન્દેાર

મેાઢા ઉપરના ખીલ અને તેમાંથી થતાં ગુમડાં મટાડવા માટેનેા આપનેા પ્રશ્ન છે :

ખીલ એ લેાહીમાંહેની ખેાટી ગરમાઇની નિશાની છે અને જેમને ખીલ થાય છે તેમને કબજીયાતનેા થેાડેા ઘણેા અંશ સાથે હેાય છે. એના ઉપાય તરીકે: નીચેની ફાકી ખાવામાં લેવી, અને લગાવવાનેા લેપ પણ બતાવું છું :

સારી હરડે તેા. ૬, મજીઠ તેા. ૫, સાકર તેા. ૫, સારીવા તેા. ૫, ગુલાબનાં ફુલ તેા. ૫, વરીયાળી તેા. ૫, એ બધું સરખા વજને લઇ ખાંડી, પાવલીભારની ફાકી સવાર સાંજ ફાકવી.

રતાંજલીનું લાકડું ચંદનની માફક ઘસવું, તેમાં સુખડ ઘસવી, તેની સાથે કપુરકાચલી ઘસવી, સાથમાં આંબાની ગેાટલી અને આંબલીનેા કચુરેા ઘસી, એ બધા ઘસારાનેા એકઠેા થયેલેા ભાગ તેા. ૧ હેાય

તેા તેની અંદર કેશર અને કપુર એક એક આનીભાર નાંખી રાખી મૂકવું. આ મલમ જેવેા લેાંદેા આઠ દિવસ સુધી બગડતેા નથી, પછી ફુગ વળી જાય છે. આ ઘસારાએા ઘસતી વખતે પાણીને બદલે ઉંચી જાતનું ગુલાબજળ અથવા કેવડાજળ હેાય તેા વધારે સારૂં. ખીલ મટે, ફેાડકા ગરમાઇના મટે, મેાઢા ઉપર લગાવી સ્નાન કરવાથી ચહેરેા તેજસ્વી અને ફુલગુલાબી બને. તેમ જ ગૌર વર્ણ કરનાર આ લેપ છે. સુવાવડ પછી સ્ત્રીએાને મેાઢે કાળાં ચકામાં પડી જાય છે, જેને દાઝ અથવા તાવેતા પડયા કહેવાય છે તેને પણ સારેા ફાયદેા કરે છે.

*

(૩૧) ભાઇ નિરાશ્રયી

આપ એક કેાલેજમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થી છેા. ૨૧ વરસની ઉમર અને હસ્તમૈથુનના ફાંસલામાં ફસાયા છેા. છુટવા અનેક પ્રયત્ન કરેા છેા, પણ છુટાતું નથી. હનુમાનજીની બાધા, માતાપિતાના સેાગન, પ્રતિજ્ઞાએા અને દૃઢ સંકલ્પેા એ બધાં આપને સમય આવે કુછંદથી બચાવી શકતાં નથી, અને મારૂં શરણ શેાધેા છેા, અસ્તુ. ભાઇ ! આ ભયંકર બદી આજે અનેક ખીલતા યુવાનેાનેા વિનાશ આદરી રહી છે. તેમનાં જીવન મારા યત્કિંચિત પ્રયાસથી સુધરે તેા તેને હું મારૂં મહદ્ ભાગ્ય સમજું છું. હવે જો આપને મારા ઉપર, આપ લખેા છેા એવેા જ ભરેાંસેા હેાય અને એક પિતા તરીકે મને માનતા હેા તેા મારા અહીં સૂચવેલા નિયમેાનું અક્ષરશઃ પાલન કરશેા, જરૂર મંગળમય પરમાત્મા આપને એ બદીમાંથી મુક્તિ અપાવશેઃ

(૧) બધી જાતના ગરમ મસાલાવાળા ઉત્તેજક ખેારાક છેાડી દેા.

(૨) જેઠીમધ અને વાવડીંગનું સમાન ભાગે બનાવેલું ચુર્ણ સવાર સાંજ પાવલી પાવલીભાર ફાકેા, પાણી સાથે.

(૩) વિના કારણે ખાસ જરૂરીયાત સિવાય ગુપ્તભાગને અડકશો નહિ.

(૪) બને તેટલી એકાંતમાં રહેવાની ઓછી ઇચ્છા રાખો. એકલા પડ્યા જણાઓ કે તુરત બે માણસ વચ્ચે જઇ બેસો.

(૫) ચિત્તની વૃત્તિ ઉપર વાસનાનો વેગ જણાતાં તુરત ખુલ્લા મેદાનમાં દોડી જાઓ અને કસરત કરવા લાગો, અથવા ઠંડા પાણીની ધાર દસ મીનીટ સુધી ગુપ્ત ભાગ ઉપર થવા દો.

(૬) ભીષ્મ, હનુમાન, લક્ષ્મણ જેવા નૈષ્ટિક બ્રહ્મચારીનાં ચરિત્રો યાદ કરો. જુઓને, લક્ષ્મણજી અહોનિશ પોતાના ભાઇ અને ભાભીની સેવા કરતા હતા, છતાં જ્યારે સીતાજીને રાવણ લઇ ગયો અને તેમનાં આભૂષણ મળી આવ્યાં તેને ઓળખવા માટે લક્ષ્મણને કહેવામાં આવતાં માત્ર પગનાં ઝાંઝર સિવાય બીજી વસ્તુ પોતે નથી ઓળખતા એમ જણાવ્યું. દશ વરસના સહવાસમાં વંદન કરતાં માત્ર ચરણ સિવાય તેની દૃષ્ટિ બીજી જગ્યાએ ગયેલી જ નહિ. કયાં એ નરપુંગવો અને કયાં વિષયવાસનાથી બહેકેલી આપણી આંખની પુતળીઓ ? તમે પણ એવી જ ભાવના મનમાં રાખો અને નૈષ્ટિક બ્રહ્મચર્યનું દીર્ઘકાળ પર્યંત પાલન કરો.

(૭) ઉપરના નિયમો સિવાય આ બદીથી છુટવાનો એક ઉપાય જેને **મેહુનસ્નાન** કહેવામાં આવે છે, તે અત્યંત સુંદર અને અસરકારક છે. તેની રીત આ પ્રમાણે છે :

એક વાસણ એવું હોવું જોઇએ કે જેની ઉંડાઇ એક ફુટની હોય અને જેની ગોળાઇ દોઢ ફુટની હોય. તેની અંદર ઠંડું પાણી ભરી, અંદર એક નાનું સ્ટુલ (ફાનસ મુકવાની નાની ઘોડી હોય છે તેવું) મૂકવું, જે પાણીની અંદર ડૂબવું ન જોઇએ.

ત્યારબાદ કપડાં કાઢી એ સ્ટુલ ઉપર બેસવું જોઇએ અને પગ પાણીથી બહાર રાખવા જોઇએ. ત્યારબાદ સફેદ લુગડાનો કકડો એક તૈયાર રાખી જમણા હાથથી ગુપ્ત ભાગની ઉપરની ચામડી

એથી આગળના ભાગમાં એકઠી કરી મૂત્રમાર્ગને ઢાંકી રાખવો જોઇએ.. ત્યારપછી ડાબા હાથથી સફેદ કપડાના કકડાને પાણીમાં ભીંજવી ગુપ્ત ભાગની નસો ઉપર ધીમા હાથે માલીસ કરવું જોઇએ. દર વખત પાણીમાં બોળવું અને ગુપ્તભાગ ઉપર ધીમે ધીમે ઘસવું. ઉલટસુલટ નહિ ઘસતાં મૂળમાંથી અગ્ર ભાગ તરફ ઘસવું. આ રીતે પાંચ મીનીટ અને વધીને ૧૫ મીનીટ સુધી દરરોજ પ્રયોગ કરવો. આવી બેઠકની સગવડ ન હોય તો ખુરશી ઉપર બેસી એક ડોલમાં પાણી ભરી ડોલને એટલી ઉંચી અને એવી રીતે ગોઠવવી કે ગુપ્ત ભાગ ડોલમાં લટકતો રહે.

આ ક્રિયાને **મૈથુનસ્નાન** કહે છે. અમેરીકા અને અન્ય દેશના ડાકટરો આ સ્નાનની મુક્ત કંઠે પ્રશંસા કરે છે અને આ પ્રયોગ અજમાવવાથી સેંકડે ૮૫ ટકા જેટલા યુવાનો આ બદીમાંથી છુટી ગયાનું જણાવે છે, જેથી અમે પણ આ પ્રયોગ છુટથી અજમાવવા, આવી બદીમાં ફસાઇને છુટી નહિ શકનાર યુવાનોને સલાહ આપીએ છીએ.

*

(૩૨) વ્યાસ—અમરેલી

આંખની ઝાંખ અને ખીલ માટે ઉપાય માગો છો: ત્રિફળાં (હરડે, બેડાં, આંબળાં) ની પાવલીભાર ફાકી સાકર સાથે રાત્રે દરરોજ ફાકો અને એટલી જ ફાકી એક શેર પાણીમાં પલાળી રાખી, સવારમાં નીતર્યું પાણી આંખે છાંટો, તેમજ ' રખે વહેમાતા ' પુસ્તકમાં આંખોના વિષયમાં મધ સાથે બનાવવાની દવાનો નુકસો લખ્યો છે તે બહુ જ મજેનો છે. ખીલ, ઝાંખાશ અને આંખોના તમામ દર્દને નાબુદ કરનાર છે, છતાં ઠંડો અને બનાવવામાં સહેલો છે, તે પ્રમાણે બનાવી ઉપયોગ કરો.

*

(૩૩) શ્રી સુરતવાસી

(૧) માથામાં ગરમાઇ નાબૂદ કરવા માટે દીવેલ ઘસવું બેશક સારૂં છે. ઘસવું એટલે 'ખૂબ ધીમા હાથે અંદર પચાવવું.' ઘસવાથી માથું આળું થઇ જાય કે દુઃખવા આવી જાય તેટલું જોર કરવું નહિ. દર ચોથા દિવસે ઘસાવવું ઠીક છે.

(૨) માથાના ખોડ માટે લીંબુ ને સીંધવ ઘસો અને ત્યારબાદ કોપરેલ તેલમાં થોડું સુખડનું તેલ મિશ્ર કરી માથામાં નાંખો. જરૂર ખોડો નાબૂદ થશે.

(૩) ગળાના ટોનસીલ માટે એક ભાઇને 'બહુરૂપી' દ્વારા મેં દુધનો પ્રયોગ બતાવેલો; તે બાબત આપ પૂછો છો કે ઓપરેશનની હું સલાહ નથી આપતો અને દુધના પ્રયોગની સલાહ શા માટે આપું છું?

ભાઇ! મારા અનુભવથી મેં જોયું છે કે ઓપરેશન કરાવ્યા પછી ટોનસીલ જો કે મટી જતા હશે, પણ થોડો વખત રહી પાછા થઇ આવે છે. પરંતુ જ્યારે દુધ ઉપર એકાદ બે મહિના રહી જાય છે અને આંતરડાં બીલકુલ સુધરી' જાય છે તો ટોનસીલ ફરી ઉપડતા નથી. છતાં જેમને ઓપરેશન કરાવીને મટાડવા હોય તેમાં મને વાંધો ન હોઇ શકે. જો કે હું તે માટેની સલાહ આપતો નથી.

(૪) સામાન્ય રીતે સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત અને વીર્યવાન સ્ત્રીપુરૂષ એક અઠવાડિયામાં એક વખત સમાગમ કરે અને વીર્યપાત કરે એ ઠીક ગણી શકાય. છતાં ગરમ ઋતુમાં આ સમય વધારવો જોઇએ એટલે પંદર દિવસનો ગાળો રાખવો જોઇએ. શિતકાળ–શિયાળામાં કદાચ એક અઠવાડિયામાં બે વખતની યુવાન માણસોને છુટ આપી શકાય. આ છુટછાટ તો અત્યારના વાતાવરણને લઇને જ કબુલવી પડે છે. પરંતુ કુદરતી કાનુન તો એક મહિનામાં એક વખતથી વધારે

વખત માટે સ્પષ્ટ ઇન્કાર કરે છે. સગર્ભાવસ્થા અને પતિ કે પત્નીની શરીરની નાદુરસ્ત તબીયત વખતે તેા સદંતર બંધ રહે એ જ ઇચ્છવા યેાગ્ય છે. અને કેાઇ પણ કારણે, કેાઇ પણ સમયે પરસ્ત્રી-ગમન તેા ન જ થવું જોઇએ.

*

(૩૪) રતિલાલ અમૃતલાલ–એડન કેમ્પ

આપના પ્રશ્નો મળ્યાને બે મહિના થયા. પ્રત્યુત્તર મેાડેા અપાય છે. કારણ કે ટપાલની વધુ પડતી જવાબદારી તથા અનેક વ્યવસાયમાં રેાકાણ રહે છે. તે માટે ક્ષમાયાચના.

(૧) પાડેાશી મિત્રને પેટમાં વાયુ રહે છે–

આજના કેટલાક ખેારાકેા વાયુ પેદા કરનાર છે અને નબળાં આંતરડાં પણ વાયુ કરે છે.

એટલે ખરી રીતે ખેારાકમાં ફેરફાર કરવામાં આવે અર્થાત્ વાલ, વટાણા, ચણા અને તેનાથી બનતા પદાર્થો, કાંદા અને ગુવાર, વાલેાળ, વગેરે વાયુ વધારનારા ખેારાકેા બંધ કરવાથી વાયુ કબજામાં આવે છે. અને નવેા પેદા થતેા નથી. છાશ વાયુ વધારનાર નથી, પરંતુ થયેલા વાયુનેા કબજો કરે છે, એટલે વાયુ સરતેા અટકાવે છે. છાશ દરેકને સરખી અસર કરતી નથી પણ જેને માફક ન આવતી હેાય તેમણે દરરેાજ ન લેવી. છાશમાંહેની ખટાશનેા ગુણ નાબૂદ કરવા માટે શેકેલી સુંઠ, સીંધવ અથવા સંચળ, જીરૂ અને શેકેલી હીંગ નાંખી છાશ લેવાથી તેમાંથી દુર્ગુણ નાબૂદ થાય છે અને તે માફક આવે છે. છાશ રાત્રે સૂતી વખતે લેવા કરતાં બપેારનેા ખેારાક લીધા ઉપર લેવી વધારે સારી છે.

(૨) ખરજવું નથી મટતું

આજે ખરજવાને મટાડવા માટે ઉપરથી મલમેા લગાવાય છે અને એથી ખરજવું ન મટે એ સ્વાભાવિક છે. કારણ કે ખરજવું એ

પણ ચામડીનો એક પ્રકારનો વ્યાધિ છે અને ચામડીને અંદરના લોહીની અશુદ્ધિ મળતી રહે છે એટલે ખરજવું મટતું નથી. મારા અનુભવમાં આવેલા કેસોમાં હું ખરજવાવાળાને ખાવાની દવા આપું છું અને સાથે મલમ પણ આપું છું, જેથી ખરજવાં સારાં થાય છે.

ખાવામાં 'રખે વહેમાતા'માં અગાઉ ચામડીના વ્યાધિમાં ગંધકની બનાવટ મીઠાના યોગથી બતાવી છે તેની સાથે ચોપચીની ચૂર્ણ, ખટાશની પરેજી રખાવી એકાદ મહિનો આપવાથી અને નીચેનો મલમ લગાવવાથી જરૂર સારૂં થઇ જાય છે.

મલમ–ગંધકનો ભુકો તો. ૨ાા, એસીડ સાલીસીલેટ તો. ૧ા, કપુરનો ભુકો તો. ૧ા, બોરીક એસીડ તો. ૨ાા, ઝીંક ઓક્ષાઇડ તો. ૨ાા, કંપીલો તો. ૨ાા, કણુજીનું તેલ તો. ૫, વેસેલાઇન તો. ૪૦.

પ્રથમ વેસેલાઇન ગરમ કરી બાકીની વસ્તુ બારીક કરી તેમાં નાંખી મલમ બનાવવો. ખરજવાને લીંબડાના પાણીથી ધોઇ દરરોજ એ મલમ લગાવવામાં કાળજીપુર્વક સારવાર કરવાથી જુનાં ખરજવાં પણ મટે છે.

*

(૩૫) 'પ્રેમ' મહેતા–ચવટમાલ

ભાઇ! આપની લખાઇ આવલી હકીકતનો સરવાળો કરવામાં આવે તો આપના શરીરમાં મુખ્ય બે વ્યાધિઓ છે, (૧) આંતરડાંમાં પાચનશક્તિની ખામી અને ગરમાઇ. તે ઉપરાંત (૨) ધાતુની નિર્બળતા અને પાતળાપણું.

પ્રથમના વ્યાધિ માટે કેરીનો પ્રયોગ કરવો કે કેમ, એ માટે આપ સલાહ માગો છો. મારૂં પણ માનવું છે કે તમો એકાદ મહિનો કેરી ઉપર રહેશો તો આંતરડાં ક્ષુબ્ધ થયેલાં છે તે મટશે, પાચનશક્તિ સુધરશે અને મોઢામાં આવતી ગરમાઇ તથા થતા ફોલ્લા બંધ થશે.

બીજા વ્યાધિ માટે બ્રહ્મચર્ય સરસ ઉપાય છે. તે ઉપરાંત ગરમ ખોરાકો બંધ કરવા જોઇએ. દુધ વધારે સારૂં છે અને સાથે સાથે મન ઉપર સ્ત્રીઓના શૃંગારિક વિચારો ન આવવા દેવા એ ઘણું જ જરૂરી છે. સ્ત્રી પાસે બેસતાં, વાતચીત કરતાં આપને જરાક ધાતુસ્ત્રાવ જેવું થઈ જાય છે તે આપના મનની નિર્બળતા છે અને વીર્યનું પાતળાપણું છે. ઉપરના ઉપાયોથી સારૂં થશે.

કેરીના પ્રયોગ માટે માહિતીપત્ર મંગાવશો તો મોકલી આપવામાં આવશે. માહિતીપત્ર કઇ જાતની કેરી લેવી, કેમ પ્રયોગ કરવો, કેવા માણસોને કેરીનો પ્રયોગ માફક આવે છે, વગેરે સંબંધમાં સ્પષ્ટ વિવેચન કરવામાં આવેલ છે.

*

(૩૬) ઉર્મીલા બહેન–કલકત્તા

આપ પ્રીવીયસમાં અભ્યાસ કરો છો, એ જાણીને આનંદ અને આપને મારાં અભિનંદન.

આપ પ્રેમ કોને કહેવો એવો પ્રશ્ન પુછોછો. સાથે સાથે પ્રેમનું સક્રિય (!) જ્ઞાન હું આપી શકું ખરો ? એવો પણ આપનો બીજો પ્રશ્ન છે.

(૧) પ્રેમ કોને કહેવો તે વિષે મારા તરફથી શરૂ થયેલી લેખમાળા જે પુસ્તકાકારે પ્રગટ થયેલ છે, તે 'પુત્રદા અને પારણું'માં હું સાચા પ્રેમની ચર્ચા તેને લગતા પ્રકરણમાં કરવાનો છું, એ વાંચવા તસ્દી લેવી.

(૨) પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન ! પરંતુ આનો અર્થ જ હું બરાબર સમજી શક્તો નથી, અને જે કાંઇ સમજ્યો છું તેના ઉત્તર રૂપે જણાવું છું કે (૧) આપે લગ્ન કરી લેવું. (૨) પ્રેમનો મર્મ આપને પતિ જ સમ-

જાવશે. (૩) પરપુરૂષ પાસેથી પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન સંપાદન કરવા જતાં પતનની પરાકાષ્ટાએ પહોંચવાની એકસો ને એક ટકા ભીતિ છે. એટલું જ નહિ પણ તે પ્રકારનું વર્તન તમારી કેળવણીને લાંચ્છન લગાડનારૂં બનશે. હું તમને પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન આપવાને અસમર્થ છું. તમે રજાઓના દિવસમાં રૂબરૂ ચર્ચા માટે મને મળવા માગો છો તે અર્થહીન હોઇ તમારે મારી પાસે એ માટે આવવાની જરૂર નથી.

*

(૩૭) કેશરબાઇ જુડાભાઈ–મુંબઈ

આપની દીકરીને વખતોવખત હેડકી ઉપડી આવે છે, અને તે મહિનાઓ સુધી લંબાય છે. તે માટે આપ કારણ અને ઉપાય માગો છોઃ

હેડકીની શાસ્ત્રીય ચર્ચા બાજુ ઉપર રાખીએ, તો પણ બેન! જુવાન છોકરીઓમાં આવી જાતની હેડકી મેં ઘણી જગ્યાએ જોઈ છે. ખરી રીતે કહીએ તો તેમના મનોમંથન અથવા માનસિક વ્યાપારમાથી ઉપડેલો વાતવ્યાધિ હેડકી પેદા કરે છે. ઘણી છોકરીઓને ઓડકાર આવ્યા કરે છે અને ત્યાંરપછી હીસ્ટીરીયા જેવું જણાય છે, અને તે ઓઇયાં ઓઇયાં કરતી જણાય છે. હેડકી થવાનાં કારણો નીચેનાંમાંથી એક હોય એમ હું માનું છું:

(૧) નિયમસર અટકાવ ન આવવો. (૨) સંસારસુખમાં કાંઇક ખામી અથવા ખોટું દબાણ. (૩) કોઇ પણ પ્રકારનો આઘાત. (૪) સંતાનની વાંચ્છના.

ઉપરનાં ચાર કારણો અથવા એને મળતાં કારણો જણાય તો હેડકી માટે સ્વતંત્ર દવા કરતાં પહેલાં ઉપરનાં કારણો તપાસી તેને નાબુદ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. અને સારબાદ નીચેના નુકસાની દવા એક મહિનો ચાલુ આપશો તો જરૂર હેડકી નાબુદ થશે.

શંખભસ્મ રતી ૦ા, ચેાસઠ પ્હેારી પીંપર રતી ૧, લેાબાનનાં ફુલ રતી ૧, મેારપીંછની બાળેલી ભસ્મ રતી ૧, કપુરકાચલીનું ચૂર્ણ રતી ૧, અગ્નિકુમાર રસ રતી ૧.

ઉપરનું પ્રમાણ એક વખતનું છે. દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે આપવાથી ગમે તેવી હેડકી નાબૂદ થાય છે. લાગઠ એક મહિનેા ચાલુ રાખવાથી અને વાયુ કરનાર ભજીયાં, પાતરાં, કઠેાળ બંધ રાખવાથી અચુક ફાયદેા કરશે. સેંકડેા દરદીઓ ઉપર અજમાવી જોએલ છે.

તમારી બીજી ન્હાની દીકરી માટી, પેન્સીલ, કેાલસા ખાય છે તેને માટેઃ

માટી, પેન્સીલ, કેાલસા ખાવા ન દેવાં એ હિતાવહ છે. પરંતુ બાવળના કેાલસા કદાચ દિવસમાં એકાદ બે ખાઇ જાય તેા તેમાં કેાઇ પણ જાતનેા વાંધેા નથી. માટી ખાનાર કેટલાંક બાળકેાને માટી છેાડાવી કેાલસા ઉપર ચઢાવવાથી લાભ થયેા છે. કેાલસામાં સાકર રહેલી છે અને એ હેાજરીમાં ગયા પછી કાર્બન પેદા કરે છે; અને ઘણાંખરાં બાળકેાને એથી ખેારાક પચવા લાગે છે તથા પેટ નાનાં થઇ જઠર પ્રદીપ્ત થાય છે.

માટી ખાનાર બાળક ઘણું કરી કૃમીપ્રધાન હેાય છે. એટલે એને નીચે મુજબની દવા આપવામાં આવે તેા તેની માટી ખાવાની ટેવ નાબૂદ થાય છે.

કાળી જીરીને શેકી લઇ તેા. ૨ાા, વાવડીંગ તેા. ૨ાા, દેકામાળી તેા. ૧ાા, ઇંદ્રજવ તેા. ૧, સુંઠ તેા. ૦ાા.

ઉપરની વસ્તુ બારીક કરી કુંવારના રસમાં ચણા જેવડી ગેાળી વાળી, દિવસમાં ત્રણ વખત એક અથવા બે ગેાળી આપવાથી બાળક માટી ખાતું ભૂલે છે.

*

(૩૮) જમનાદાસ રતનશી—કલ્યાણ

પગના ગોઠણના સોજા માટે ઉપાય પૂછો છો : પ્રથમ તો સોજા ઉપર હીમેજ તો. ૫, ફટકડી તો. ૨ાા, મોરથુથુ તો. ૦ાા, તેની ધતુરાના રસમાં ઘુંટી સોગઠી બનાવી, સુકાય ત્યારે પત્થર ઉપર ઘસીને ગોઠણના સોજા ઉપર લગાવો. પાણીમાં ઘસવી અથવા તો ધતુરાના રસમાં.

ગોપચીની તો. ૦ા તથા આહુન તો. ૦ા એ બન્ને પાશેર દુધમાં ખીર જેવું બનાવી, સવાર સાંજ લઘુ યોગરાજની બે ગોળી ગળી એ ખીર પીઓ. એક મહિનામાં આશાતીત લાભ થશે. ખટાશ બધી જાતની બંધ રાખશો.

*

(૩૯) 'બહુરૂપી' ગ્રાહક નં. ૫૮૪

અંડવૃદ્ધિ માટે મારો અનુભવ 'રખે વહેમાતા'માં આપેલો છે. છતાં વિશેષ નિદાન કરાવવા ઇચ્છા હોય તો મારી પાસે ઘણી ખુશીથી આવી શકો છો.

*

(૪૦) શ્રીયુત 'બખતર'

પ્રિય ભાઇ ! આપના પ્રશ્ન જેવો જ પ્રશ્ન અગાઉ કરાચીના એક વહોરા ગૃહસ્થે પૂછેલો, એનો જવાબ સવિસ્તર અપાઇ ગયો છે.

જાહેર સભામાં બોલવું, પાંચ મનુષ્યની મીટીંગમાં આગળ પડતો ભાગ લેવો, વગેરેમાં મન પાછું રહે, સભાક્ષોભ લાગે એ

વ્યાધિ નથી, માત્ર માનસિક નિર્બળતા છે. હિંમતથી બોલવાની શરૂઆત કરે, માનાપમાનની અગાઉથી બહુ વિચારણા ન કરે, તો ધીરે ધીરે હિંમત આવે છે અને એકાદ બે વખત શરૂ કરવાથી પછી આગળ વધાય છે. અભ્યાસ એ જ માણસને બળવાન બનાવનાર છે. તેમાં ખાસ દવાની જરૂર નથી. છતાં હૃદય કમજોર હોય તો હૃદયાનંદ રસ થોડો વખત વાપરવો (તેનો પાઠ ' રખે વહેમાતા 'માં બતાવ્યો છે.)

*

(૪૧) નટવરલાલ મણીલાલ જૈન

ભાઈશ્રી, શીઘ્રપતન એ સંસારસુખની ખામી તો ખરી જ. તેમાં બન્ને પક્ષને સંતોષ નથી જ થતો અને ખાસ કરીને સ્ત્રીઓને તો સંસારસુખમાં 'પરાકાષ્ટા' નથી અનુભવાતી તો તેને જ્ઞાનતંતુનો વ્યાધિ થાય છે અને આજના હીસ્ટીરીયા જેવા વ્યાધિ આવા અસંતોષને જ આભારી છે.

ઉપાય તો ઘણા છે. તાત્કાલિક ઉપાયમાં અફીણ, કેશર, ભાંગ, જાયફળ જેવા પદાર્થોની ગોળી રૂકાવટ કરે છે. પરંતુ એ નુકસાન પણ એટલું સરસ કરે છે કે થોડા વખતમાં શરીરનું હીર અને નૂર નાબુદ કરે છે, દરદી પરાધીન પણ એટલો જ બને છે કે એને પછી એ ગોળી વગર નથી ચાલતું. એ માટે સારો ઉપાય તો એને કહી શકાય કે જેમાં નિષારી દ્રવ્યો ન હોય, વીર્યને ઠંડું બનાવે, ઘટ કરી, સાચી સ્ફુર્તિ આપે અને લીધેલા ખોરાકમાંથી સાતે ધાતુને મજબૂતી આપે. આવા નુસ્ખા આપને ' રખે વહેમાતા ' પુસ્તકના સ્વપ્નદોષ અને નપુંસકતાના વિષયમાંથી મળશે. એટલે મારી સલાહ તો એવી નિર્દોષ અને જેમાં અફીણ, ભાંગ ન પડતાં હોય, તેવી જાતની દવાઓ લેવાની છે.

*

(૪૨) સી. કે. પટેલ

હસ્તમૈથુનથી ગુહ્ય ભાગનું ટુંકાપણું, પાતળાપણું, અને મૈથુનકાળે શીઘ્ર પતન, એ માટે જાહેર ખબરની દવાઓથી નાસીપાસ થયા છો, માર્ગ પૂછો છો :

ભાઇ! આ અંધકારભર્યા માર્ગ ઉપર અગાઉ મેં 'બહુરૂપી'માં અનેક વખત સાચો પ્રકાશ ફેંકયો છે. 'રખે વહેમાતા'માં ખાસ પ્રકરણો મારા અનુભવનાં સાચાં અશ્રુબિંદુઓથી લખ્યાં છે. આ પ્રશ્ન પુછાય છે અને મારે લખવું પડે છે ત્યારે હૃદય કંપે છે, કલમ ધ્રુજે છે, કોઇ મનુષ્ય શરીર ઉપરથી કપડાં કાઢી સળગાવી દે અને પછી તેને હતાં તેવાં કરી આપવાનો ઉપાય માગે એના જેવો આ દુઃખદ વિષય છે. એક જ વિષય અને એ બાબતનો પ્રત્યુત્તર વારંવાર પેપરમાં પ્રગટ કરવો ઠીક નથી લાગતો. આપના જેવા પ્રશ્નો 'બહુરૂપી'માં અગાઉ ઘણા ભાઇએ પૂછયા છે અને એમને મેં જવાબ લખ્યા છે, ઉપાય બતાવ્યા છે, તેમાંથી આપે શોધી લેવો ઘટે. અથવા તમે 'રખે વહેમાતા'નું નપુંસક પ્રકરણ આખું વાંચી જુઓ. સંપૂર્ણ સંતોષ થશે, માર્ગ મળી રહેશે.

*

(૪૩) 'ભાન ભુલેલા યુવક'—મુંબઇ

પત્ર મળ્યો. મારા ઉપરની અતુલિત શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ માટે હું આપનો આભારી છું.

આપનો પ્રશ્ન લગભગ ઉપરના પ્રશ્નને મળતો છે. ખરાબ કુટેવથી જેટલી અને જેવી અસર થવી હતી તે થઇ ગઇ. હવે એ કુટેવ લાંબા વખતથી બંધ કરી છે, સંસારમાં પડયા છો, પત્ની સાથે સમાગમ સુખપૂર્વક કરી શકાય છે, તો પછી ખોટી ભીતિ રાખવાનું કારણ

નથી, હવે વધુ ને વધુ ગુપ્ત ભાગ ખરાબ થશે એમ માનવું ઠીક નથી. બલ્કે યુવાન સ્ત્રીના યોગ્ય સમાગમથી સ્થિતિ સુધરશે. માત્ર હદ વટાવી સંસારસુખ ભોગવવું ન જોઈએ, અને સાદા તલનું તેલ હમેશાં ગુપ્ત ભાગ ઉપર માલીસ કરો, જરૂર લાભ થશે. જલદી ફાયદો કરવા માગતા હો તો તલના તેલમાં ચોથા ભાગે સિંહની ચરબી મેળવીને માલીસ કરજો.

*

(૪૪) દીનુભાઈ એલ.—મોમ્બાસા

પત્ર મળ્યો, આપના પ્રશ્નોનો જવાબ નીચે મુજબ છે :

(૧) માથાના વાળ ટુંકા રાખશો અને કેસ્ટર ઓઇલ મગજ ઉપર દરરોજ ઘસાવશો તો માથામાંથી ફોતરી ઉખડતી બંધ થશે. મગજ ઉપર ઠંડક રહેશે.

(૨) કસરત કરનારનું પેટ સખત રહે એથી કાંઇ ચિંતા કરવાની નથી. કારણ કે કસરત નહિ કરનારના પેટના સ્નાયુ કરતાં કસરત કરનારના પેટના સ્નાયુ વધારે સખત અને મજબૂત હોય છે. એથી ચિંતા કરવી નહિ. બાકી ઝાડો સખત આવતો હોય તો સુતી વખતે ગરમ દુધ સાથે બે રૂપીયાભાર ઘી નાંખી પીધા પછી સુઈ જવાનું રાખશો. સવારમાં ઝાડો સખત નહીં આવે.

(૩) દુધ ક્યારે પીવું ? દુધ તો ગમે ત્યારે પી શકાય. દુધ એ તો ઉત્તમ ખોરાક છે, મધુર પીણું છે, અને જે કહો તે છે. જ્યારે જ્યારે ભુખ જણાય ત્યારે દુધ લેવાય એમાં કશો વાંધો નથી. છતાં સવારમાં ઉઠી કસરત કર્યા પછી એક શેર દુધ દોહેલું તૈયાર હોય તો તાજું જ, નહીંતર ગરમ કરી ઠારેલું લેવું, તેમ જ રાત્રે સુતી વખતે

પણ દુધ એ જ મુજબ લેવું. બપોરના ખોરાક પછી છાશ લેવાય તો વધારે સારૂં.

(૪) આપના મિત્રને કસરત ઉપર ચઢાવો. નિયમસર પદ્ધતિ મુજબ કરસત કરવાથી બેશક પહેલવાન જેવું સરસ શરીર થઇ જશે.

(૫) ગરમાગરમ ખોરાક ખાઓ નહીં, વીજળીના દીવાથી વાંચો નહીં, સીનેમા જુઓ નહીં, બીડીઓ પીઓ નહીં, આંખમાં દરરોજ દીવેલ (કેસ્ટર ઓઇલ) આંજો. જરૂર આંખો સારી થશે.

*

(૪૫) સવિતાબહેન–વીશનગર

પ્રિય બહેન! આપનો પત્ર વાંચ્યો. વાંચ્યા પછી ત્રણ દિવસ સુધી આપને શું લખવું એ વિચાર–તંદ્રાએ કહું કે પછી માર્ગશૂન્યતાએ મને દિગ્મૂઢ જેવો બનાવ્યો. છતાંય આપની લાગણીને ન્યાય આપવાની ખાતર કહેવું જોઈએ કે સમાજના મૂળમાં ઉંડી જડ ઘાલી બેઠેલા સડાની ઝાંખી આપના કથનમાંથી સાંપડે છે, અને એ 'બહુરૂપી'ના વાચકો સમક્ષ રજૂ કરૂં છું:

આપની લાંબી કથની ઉપરથી મેં નીચેના મુદ્દા તારવ્યા છે:

ઉમર વરસ ૨૨. ચૌદ વરસની ઉંમરે લગ્ન. પછી બાર મહિના વૃદ્ધ પતિ સાથે સંસાર ભોગવી વિધવા અવસ્થા. પુનર્લગ્નની છુટ નથી એવી જ્ઞાતિમાં જન્મ. કામવેગને નહિ દબાવી શકવાથી હસ્તમૈથુનની ત્રણ વરસથી પડેલી ટેવ અને અને તેથી ગુપ્તભાગમાં પડેલી ચાંદી.

આ માટે બહેન! મારી પાસે માર્ગ–ઉપાય અને ઉપચાર માગો છો: શું લખું, બહેન? સમાજની ઉંડી ગર્તામાં સપડી રહેલી તું અને તારા જેવી બહેનો માટે મારા અંતઃકરણના ગહરા પ્રદેશમાંથી

કાંઇ કાંઇ અવાજો આવે છે. યુવાન બાળવિધવાઓના અંતરના આર્તનાદો સાંભળવાને સમાજના કાન બહેરા છે! જાતીય આવેગ-યુવાવસ્થાના-મન્મથવલોણાનો તાગ કાઢવા માટે પુરૂષોને ક્યાં હૃદય છે? બહેન! તારી આ સ્થિતિ સાંભળીને ઘણાયે પુરૂષો હાસ્ય કરશે! તારા નિર્બળ મનની ઠેકડી કરવા સિવાય એમને બીજો સુમાર્ગ સુઝે જ શાનો?

જાતીય રોગોને કાબૂમાં રાખવા માટે સંયમ પાળવો, બ્રહ્મચારી બનવું, એ કહેવું, લખવું અને સાંભળવું જેટલું સહેલું છે તેટલું આચરવું સહેલું નથી જ. તેમાંય યુવાવસ્થાના ઘોડે ચડેલા દેહને એ ઘોડો પુરપાટ દોડી રહ્યો હોય ત્યારે, મદનના આવેગની હવા નં લાગવા દેવી, એ સ્થિતિમાં તો હનુમાન અને લક્ષ્મણ જેવા વીર નરો તથા અનુસયા અને સીતા જેવી દેવીઓ જ મક્કમ રહી શકે.

સામાન્ય મનુષ્ય પણ યોગ્ય વાતાવરણ-શમ, દમ, વગેરેની આરાધનાથી આવા આવેગોને રોકી શકે છે, અટકાવી શકે છે. પરંતુ આ માર્ગ અસિધારા જેવા તો છે જ. માનવપ્રાણી અન્યના ચારિત્ર ઉપર ટીકા કરવા ઉતરે છે ત્યારે પોતાની જીવનકથા ભૂલી જાય છે. હૃદય ઉપર હાથ રાખી, દરેક મનુષ્ય પોતાની જ જીવનચર્યા ઉપર-ગયેલા, આવતા, કે આવેલા યુવાનકાળ ઉપર આછી આછીય નજર ફેરવી જાય, તો ઉચ્ચ ચારિત્રની કેડી ઉપર પગને ટકાવી રાખવા અને લપસેલ પગની ફરી સમતુલના જાળવવા કેટકેટલાં મનોમંથનો સહન કરેલાં, તેનો તેને ખ્યાલ આવે. છતાંય શી ખબર-આદર્શ ચારિત્રમય જીવન ગાળી શકાયું છે કે તેનું પતન થયું છે? એ તો દરેક માનવીને તેનું હૃદય જ કહી શકે.

બહેન! જરાએ હતાશ થશો નહિ. તમારા જીવનની ફરતો વીંટળાએલો હૃદયવિહોણો માનવસમુદાય તમને શાં શાં દુઃખો આપી રહ્યો છે, તે તમારી કહેણીથી સમજાય છે.

છતાં યે તમે એવા સમાજમાં જન્મ્યાં છો કે તમારે એ ભારોભાર દુ:ખોને સહન કરીને દિવસ વિતાવવાના રહ્યા. હા. તમે ધારત તો એ રૂઢીનાં બંધનોને ફગાવીને, એ સમાજને આંગળીચી'ધણું કરતો રાખીને ફરી સધવા થઇ શકત. પણ–પણ એ હિંમત, એ પોલાદના તારોના પાસલા કાપીને માનવ તરીકે જીવન જીવવાની હીંમત તમે કરી શકો તેમ નથી. એટલે જ મારે જણાવવું જોઇએ–જે અન્ય જણાવે છે તેવી જ રીતે–કે તમારે સંયમી બનવું. તમે વિધવા છો. હવે તો તમારા વર્તુલોનાં માનવીઓને હર પળે તમારા શરીરની મજૂરીથી સેવાઓ આપવાની :છે. માટે તમારે વિધવા તરીકે પણ તંદુરસ્ત રહેવું જોઇએ.

કુટેવને છોડવાનું સાધન એ એક અભ્યાસ છે. મનોનિગ્રહથી ગમે તેવી કુટેવો ઉપર અંકુશ મેળવી શકાય.

અર્જુનનાં વચન પ્રમાણે :

‘ प्रबलं हि नमः कृष्णप्रमाथी बलभद्र दृढम्
तस्याहम् निग्रहम् मन्ये वायोरेव च दुष्करम्.’

‘ઓ કૃષ્ણચંદ્ર! મહાન બલવાન મન–તેનો નિગ્રહ દુષ્કર છે. વાયુને રોકી રાખવા જેટલો જ છતાંયે ફરી–એ મહા પુરૂષ પોતાના વચન ઉપર દ્રઢ છે.’

‘વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ હોય તો મનને રોકી શકાય છે. મન રોકાણું એટલે કુટેવો અને સુટેવો કાબૂમાં રહે છે.

પછી ઔષધ માટે આપને બાવળની છાલ તો. રાા, જાંબુની છાલ તો. રાા, માયું ફળ તો. ાા, ફટકડી તો. ા, આ બધાંને ઉકાળી, કપડાથી ગાળી, ગુપ્ત ભાગમાં દરરોજ એક વખત ડુશ લ્યો.

તે ઉપરાંત ગ્લીસરાઇન તો. ૫, એસીડ ટેનીક તો. ાા. પ્રથમ એસીડ ટેનીકમાં પાવલીભાર પાણી નાંખી ઓગળી જાય ત્યારબાદ

ગ્લીસરાઇન નાંખી એકત્ર કરવું. તેમાં રૂનો પોલ બોળી ગુમ ભાગમાં પહેરી લેવો. ઉત્તેજના આપનારા ગરમાગરમ, મસાલાદાર, અને મીઠાઇના પદાર્થો બંધ કરી સાત્વિક જીવન શરૂ કરશો.

*

(૪૬) શ્રી રમણીકલાલ

પત્ર મળ્યો. શરીરમાંથી અને ખાસ કરીને બગલમાંથી પસીનો આવવો અને તેની ખરાબ વાસ આવવી તેનો ઉપાય પૂછો છોઃ

આપણા ખોરાક ઉપર શરીરના પસીનાનો આધાર છે. દરેક મનુષ્યના શરીરમાંથી એક પ્રકારની વાસ તો ઉત્પન્ન થાય છે-પરંતુ એ વાસ અણગમો આવે તેવી ખરાબ ન હોવી જોઇએ. તેમાં પણ જ્યારે પોતાના શરીરની આવતી વાસ પોતાને જ ખરાબ લાગે ત્યારે તો શરીરમાંના ધાતુઓ અને લોહીમાં કોઇ અણગમતું તત્ત્વ છે એમ વિના શકે કહી શકાય.

મારા માનવા પ્રમાણે લસણ, ડુંગળી અને ચણાના પદાર્થો વિશેષ ખાવાની જેને ટેવ છે અથવા જેના શરીરમાં ખટાશ વધેલી હોય છે તેના શરીરમાંથી ચોક્કસ અણગમતી વાસ આવે છે.

અથવા વીર્ય-ધાતુનો બિગાડો કેટલીક વખત પગના સાથળના મૂળમાંથી અને બગલમાંથી ખરાબ વાસ પ્રગટાવે છે. એ વાસ એવી વિચિત્ર અને ખરાબ હોય છે કે પાસે બેસનારને પણ અણગમો પેદા કરે છે. એવાં મનુષ્યનાં પહેરવાનાં કપડાં અને સુવાની પથારી પણ ખરાબ વાસથી ભરપુર રહે છે.

ઉપાય તરીકે ઉપર જણાવેલો ખોરાક આપે બંધ કરવો અને નીચેનો લેપ બગલમાં તથા શરીર ઉપર લગાવવોઃ

સુખડ, રતાંજલી, કપુરકાચલી, એલચી, સુગંધી વાળો, કેશર, અગર. આ બધી વસ્તુને બારીક પીસી નાંખી, ગુલાબજળમાં બારીક વાટી શરીર અને બગલમાં લેપ કરવો.

મુશળી તેા. ૨॥, આસંધ તેા.૨॥, ભાંગ તેા. ०॥, કેશર તેા. ०॥, અક્કલકરેા તેા. ૧, કૌચાં તેા. ૧, કસ્તુરી ચાર વાલ, બધાંને ખાંડી, પાણી સાથે ચણાના દાણા જેવડી ગેાળી બનાવી દુધ સાથે સવાર સાંજ લેવાથી ધાતુ સુધરશે, ખરાબ વાસ દૂર થશે અને શક્તિ વધશે.

બીજો પ્રશ્નઃ કસ્તુરી ખાઇ શકાય ખરી? અને તે કેવી રીતે?

કસ્તુરી ઉષ્ણ અને ઉત્તેજીત છે. અંગ્રેજીમાં જેને સ્ટીમ્યુલન્ટ કહેવામાં આવે છે તેવી.

એકલી કસ્તુરી ખાવી ઠીક નથી. કેાઇ પણ દવાની સાથે ખાવાથી શરીરમાં સાચી ગરમાઇ આપે છે, સ્ફુર્તિ વધારે છે અને જાગૃતિ લાવે છે.

ગ્રિષ્મ (ઉનાળેા) ઋતુ કરતાં ઠંડી મેાસમમાં કસ્તુરી વાપરવાથી એાર મજા રહે છે. પણ સાચી કસ્તુરી જ કયાં છે? આજે બજારેામાં સાધારણ પ્રકારની પણ ભેળસેળવાળી અને બનાવટી વસ્તુએા ચેાકબંધ વેચાવા લાગી છે, તેા પછી ૨૦–૩૦ રૂપીયે તેાલાની કસ્તુરી સાચી મળવી અને તેમાં પણ સામાન્ય રીતે જે તેની યથાર્થ પરીક્ષા કરી શકે નહિ તેને માટે સાચી કસ્તુરી મેળવવી એ કઠિન કામ છે. મેાટી નામધારી કંપનીએા પણ કસ્તુરી બનાવટી વેચે છે. કસ્તુરી, અંબર અને કેશર વેચનારા ફેરીયાએાથી તેા પ્રભુ બચાવે. આ સેવકને કેટલીએ વખત આવા માલમાં ધેાલ પડી છે અને એ માલને સીદ્ધો ગટરમાં જ પધરાવી દેવેા પડયેા છે. હમણાં જ હું વડેાદરા પાસે કરજણ ગયેલેા. મારા સ્નેહીએ કસ્તુરીનેા આખેા દુંટેા સારા જેવા પૈસા ખરચીને લીધેલેા. કસ્તુરીયા મૃગનેા દુંટેા વગર તેાડેલેા એટલે સાચેા હેાવાનેા એમને ઇતબાર પુરેપુરેા. પરંતુ જ્યારે એ

તોડયો ત્યારે અંદરથી કાળી મટોડી સિવાય અઢી તોલા કહેવાતી કસ્તુરીમાં એક રતી પણ સાચું તત્વ નહિ ! અને દુંટાનું ચામડું ! અરે એ તો ખીસકોલીને મારીને તેની ઉપરનું ચામડું લઇ તેની અંદર મટોડી જ ભરેલી ! ભલું કરે ભગવાન આવા વેપારીઓનું ! માટે કસ્તુરી તથા અંબર શુદ્ધ મેળવવાં અને તેવાં જ વાપરવાં.

[આજથી તેર વરસ પહેલાંની વાત છે. વઢવાણ શહેરમાં ઉત્તર હિન્દુસ્તાનનો ગામડીયા જેવો દેખાતો ફેરીયો કસ્તુરીના દુંટા લઇને આવેલો. મારા એક મિત્ર મુગ્ધ બન્યા. કસ્તુરીની તીવ્ર વાસ આવતી હતી. સોદો શરૂ કર્યો. ફેરીયાએ વીશ રૂપીયા કહ્યા. મારા મિત્રે પાંચ રૂપિયા કહ્યા. હા–ના કરતાં સાત રૂપિયા કિંમત નક્કી થઇ. પરંતુ તે વખતે જ હું ત્યાં જઇ ચડયો. એઉની વાત સાંભળીને મેં તો એકદમ દુંટો ઉપાડીને તોડી નાંખ્યો. તેની અંદરથી વૈધરાજ કહે છે તેમ કાળી મટોડી નિકળી. ફેરીયો બબડવા લાગ્યો. પણ મારા મિત્ર સાત રૂપિયામાંથી બચી ગયા. માત્ર કસ્તુરી અને અંબરમાં જ નહિ પણ કેશર, સાલમ, મુસળી, મોટી વજનદાર હરડે વગેરે અનેક ચીજોમાં આવી બનાવટ થાય છે. માટે ખાસ સંભાળવું. તંત્રી ‘ બહુરૂપી ’]

*

(૪૭) મી. ‘ એક્સ ’—પાલડી

આપનો પત્ર મળ્યો. સંસારયાત્રામાં ત્રણ ત્રણ વખત લગ્ન થયા છતાં આપની એ લગ્નસૃષ્ટિની કડવાશ વ્યક્ત કરો છો. સુકાયેલા હૃદયને નવપલ્લવિત બનાવવા ઉપાય પુછો છો.

પ્રિય ભાઇ ! સ્ત્રી અને પુરૂષ સૃષ્ટિના બે સરખા ટુકડા છે. જગતના નિપજાવનાર કલાકારે એ બેઉને વિભિન્ન કર્યાં હોવા છતાં એવું જાતીય આકર્ષણ મુકયું છે કે સ્ત્રી વિના પુરૂષ અને પુરૂષ વિના સ્ત્રી રહી શકતી નથી. અને એ વિભિન્ન આત્માઓ ઐકય સાધવાને માટે લગ્ન રૂપી વેદી ઉપસ્થિત કરે છે, તે દ્વારા એકતા સાધે છે.

જે કાળમાં હાલના જેવી લગ્નપ્રથા નહિ હોય અથવા લગ્ન એ કોઇ જુદાં સ્વરૂપમાં પ્રચલિત હશે તે દિવસે પણ સ્ત્રી પુરૂષ એક બીજાથી ન્યારાં તેા રહી શકયાં નથી. મનુષ્ય સિવાયની અન્ય ઇશ્વરી સૃષ્ટિ–પશુ, પક્ષી, જીવ, જંતુ, વૃક્ષવેલી, ઇત્યાદિ સર્વમાં નર અને માદા રૂપે સૃષ્ટિક્રમ ગોઠવાયેા છે અને એકના અભાવે બીજાથી સૃષ્ટિનું અવગાહન થતું નથી.

માણસ જાતિમાં જેમ જેમ જ્ઞાનનેા આવિર્ભાવ થયેા તેમ તેમ મર્યાદાઓ અને વર્તુલેામાં રહીને ઐક્ય સધાવા લાગ્યું, લગ્નપ્રથાઓ ઘડાઇ અને તેના ઉપર સમાજનાં રૂઢીબંધનેા લદાયાં, અને ત્યારથી જ ઇશ્વરની સૃષ્ટિમાં વિકૃતપણું આવવા પામ્યું છે. એ કારણથી લગ્ન તેના સાચા આદર્શથી અત્યારે કેટલુંક દૂર જવા પામ્યું છે.

લગ્ન એ ધાર્મિક દષ્ટિએ અતિ પવિત્ર બંધન છે અને સમાજ-સંરક્ષણને સારૂ પણ લગ્નનું બંધારણ અનિવાર્ય છે. તેા પછી આજે સમાજમાં લગ્ન પ્રત્યેક વ્યક્તિને કલ્યાણકારી નીવડવાને બદલે યાતના-રૂપ, દુ:ખમય, પરાકાષ્ટાના પર્વતરૂપ કેમ નીવડે છે?

લગ્ન થયા પહેલાં લગ્ન માણવાનાં અનેક સુખદ સ્વપ્નો જોતાં યુવાન–યુવતિઓ, હજી લગ્નજીવનનેા ઉંબરેા પણ ઓળંગ્યેા હોતેા નથી ત્યાં જ થંભી જાય છે, એમને આગળ વધવાની હામ રહેતી નથી. જીવનની સૌરભ લગ્ન પહેલાં જે સભર ભરી હોય છે તે વિષથી યે વિષમ અને કટારીથીએ કાતીલ બની જાય, જીવનમાં નહિ કલ્પેલા અનુભવેા આવી પડે છે. એથી કલેજું વીંધાય છે અને ઉભયમાંથી જે લાગણીપ્રધાન હોય છે તેને એ લગ્નની જે સુગ અને અભાવ ઉત્પન્ન થાય છે તે આજીવનપર્યંતનાં હોય છે. જો તે બેઉમાં એક વ્યક્તિ વ્યવહારકુશળ હોય તેા તે જીવનનું રૂપાં-તર કરવા મથશે, લગ્નજીવનમાંથી આવતી બદબોની સામે સહનશી-લતા રૂપી બારી બંધ કરી એ બદબોથી બચવા પ્રયત્ન કરશે. ત્યારે

પ્રશ્ન એ ઉઠે છે લગ્ન એ દુઃખરૂપ કેમ ? શું લગ્નપ્રથા અનિચ્છનીય છે ? માનવ જાતને માટે લગ્નપ્રથા બીનજરૂરી વસ્તુ ઠરે છે ?

નહીંજ, લગ્ન એ અનિચ્છનીય નથી. લગ્નનું સ્થાન અને મહત્તા એ એક જુદી જ વસ્તુ છે અને સમાજમાં ઉંડાં મૂળ ઘાલી બેઠેલા ચુસ્ત રૂઢીના પાસલા એ એક જુદી વસ્તુ છે. અત્યારે જે રીતે લગ્ન થાય છે, જે રીતે સ્ત્રી અને પુરૂષ જોડાય છે તે બરાબર છે ? નહીં જ. લગ્ન જેટલું સ્વાભાવિકતાથી દૂર જઇને કૃત્રિમતાએ ઉભું છે એટલી જ આજે લગ્નજીવનમાં વિષમતા ઉતરી છે. એને ટાળવા માટે લગ્નનો વૈદિક હેતુ જ્યારે સમાજના કાનમાં જોરશોરથી ફુંકવામાં આવશે ત્યારે જ કુપ્રથાઓનું પરિવર્તન થશે.

જન્મ્યા પછી સ્તનપાન પણ છોડયાં ન હોય ત્યારથી જ માતા-પિતા એ બાળક કે બાળકીનાં વાગ્દાન કરી આપે છે. એ બાળક બાળકી પુખ્ત ઉમરનાં થાય ત્યારે એક બીજાનાં રૂપ, ગુણ, જ્ઞાન, જાતિમાં યે વિષમતા હોય, તો પણ માતાપિતા તેમને એક બીજાથી જોડીને વડીલ તરીકેનો લ્હાવો માણવા ઇચ્છે છે, અને એ રીતે તેઓ એમનો સંસાર જોડીને લગ્નની વાસ્તવિકતાનું ખૂન કરે છે.

તેમાં પણ ઇતિહાસની દૃષ્ટિથી જેટલા ઉંડાણમાં જઇ શકીએ ત્યારથી માંડીને અત્યારસુધી અને આજે પણ આપણા સમાજના-મોટા વર્ગમાં સ્ત્રી એ પુરૂષની ઘડતર-ભોગ્ય બની રહી છે. સ્ત્રીને જાણે કે આત્મા જ નથી-તેનામાં મનુષ્યત્વ જ નથી-એમ પાળેલા પશુની માફક પુરૂષ-સમાજે તેના ઉપર આધિપત્ય ભોગવ્યું છે અને કેવળ સ્ત્રીને પદાર્થદૃષ્ટિથી જ નિહાળી છે.

કોઇ પણ પદાક્રાંત પદાર્થ અત્યંત દબાઇને બમણા જોરથી ઉછળે ત્યારે તે દબાવનારને પણ દૂર ફેંકે છે; એમ અત્યારે સ્ત્રીસમાજ માત્ર મનુષ્ય તરીકે જીવવા માગે-જીવવા માટે યાચના કરે, બાંગ પોકારે, તેને પણ પુરૂષવર્ગ સહન કરી શકતો નથી. એને

એ સ્વચ્છંદીપણું ગણે છે અને સદાકાળ પોતાની મરજીને આધીન રહેતી સ્ત્રી જ્યારે બાજુમાં બેસવા કરતાં સામે બેસે છે ત્યારે પુરૂષ અકળાય છે–મુંઝાય છે અને કહે છે : ' ન સ્ત્રી સ્વાતંત્ર્યમર્હતિ. ' સ્ત્રી સ્વતંત્ર થવાને યેાગ્ય જ નથી. કારણ કે એની કેવળ શરીર રૂપે જ ગણતરી કરવામાં આવી છે અને એટલા પુરતા જ તેને અધિકારો મળી શક્યા છે.

સૈકાઓ ભરથી આધીનતામાં ઝુકનારી નારીએ નક્કી કરેલા પોતાને માટેના જીવનને સ્વાભાવિક ગણી લીધું છે અને સહનશીલતા રાખીને પણ તેને અનુકૂળ બનવા માટે આજ સુધી પ્રયત્ન કર્યો છે. જ્યાંસુધી એ અનુકૂળતા સચવાય છે ત્યાંસુધી તેા તેનું સ્થાન પુરૂષના પગ પાસે રહે છે અને જો જરાકે પ્રતિકૂળતા થઈ તેા પદ-પ્રહાર ભેાગવવેા જ પડે છે અને જીવનવેલનાં કડવાં ફળેા ભેાગવવાં પડે છે.

ભાઇ ! ત્રણ ત્રણ વખત, આટલી નાની ઉમરમાં લગ્ન કરી ચૂકયા છતાં એક પણ સ્ત્રીથી આપને સંતેાષ ન થયેા. એટલે એનેા અર્થ એ કે આપની સ્વાભાવિકતાએ નિશ્ચિત કરેલા માર્ગ ઉપર જે સ્ત્રી પેાતાના પગમાં કાંટા ભેાંકાવાને કારણે ચાલી ન શકી–ચાલવાની હિંમત દાખવી ન શકી તેનેા આપ ત્યાગ કરી, ફરી જીવનને લીલું બનાવે, સુકાતા હૃદયને અમીસીંચન કરી સભર ભરે એવી ભાર્યાની આકાંક્ષા અને શેાધમાં રહેા છેા.

પ્રિય બંધુ, આપને હૃદય છે, તેને નવપલ્લવિત કરવું છે, બ્હેલાવવું છે. તેમ સ્ત્રીને પણ હૃદય હશે ખરૂં કે નહિ ? એ પણ પુરૂષ પાસેથી કંઇ માગી શકે–કંઇ ભાવના ભાવી શકે ખરી કે નહિ ? મેળામાંથી ખરીદેલી કચકડાની પુતળી પણ તેને ચાવી આપેા છેા ત્યારે નાચે છે. ત્યારે શું તમારી પત્ની એટલીયે અપેક્ષા ન કરે ? તે માત્ર ગુલામ થઇને રહે એવું ઇચ્છનાર પુરૂષનેા પક્ષ કરવેા એ

મારા આત્માથી વિરૂદ્ધ છે. આપ જો ધારત તો ત્રણ ત્રણ સ્ત્રીમાંથી એકાદ અણખીલી કળીમાં પરાગ પ્રગટાવી શકત. એકાદ શુષ્ક ક્યારામાં ઉગેલા ચંપેલીના છોડને, હૃદયકોશમાં ભરેલાં પાણી વાણી રૂપી વરતથી કાઢીને જળસિંચન કરી શકત; અને છોડ જો પુષ્પથી ભરચક થયો હોત તો તેની સુરભીથી, તમે અત્યારે જે શુષ્ક અને દિગ્મૂઢ થયેલા છો તેવા ન રહેત.

આટલા વિવેચન પછી આપને સાચી સલાહ એ આપવાની કે ફરી આપને લગ્ન કરવાં એ જરૂરી છે, તમારા લખવા પ્રમાણે પિતાની ઇચ્છાથી થયેલાં લગ્નમાં વિરોધાભાસ જેવાં લગ્ન જો બનતાં હોય તો તમારો સંસારબગીચો ખીલી ઉઠે એવી યોગ્ય પત્ની પસંદ કરો. પરંતુ યાદ રાખજો, પત્ની એ ગુજરીમાંથી ખરીદી લીધેલું પશુ નથી; એ મનુષ્ય છે. મનુષ્ય તરીકે જીવવાનો અને રહેવાનો તેને હક્ક છે. તેના સ્વતંત્ર જીવનહક્ક ઉપર જે દિવસે તમે તરાપ મારશો તે દિવસે ફરી તમારી જીવનવેલી કડવી બનશે.

*

(૪૮) શ્રી. ‘ દીવ્યાનંદ ’-વિરમગામ

શ્રીમાન ! પત્ર મળ્યો, ‘ પુત્રદા અને પારણું ’ તથા ‘ બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને. ’ આ બેઉ વિષય આપ પતિ-પત્ની સાથે બેસી વાંચો છો અને ચર્ચા કરો છો, તેમજ તમે બેઉ એકી સાથે મારા એ વિચારોને અભિનંદન પાઠવો છો એ માટે આપનો હું ઉપકારી છું.

બાદ આપ કેટલાક પ્રશ્ન મોકલો છો અને તેનો જવાબ જાહેર રીતે માગો છો. જરૂર હું આપીશ. ભલે તેમાં આપે મારી ટીકા કરી હોય.

(૧) આપ લખો છો કે હું ઉઘાડી રીતે સ્ત્રીઓનો પક્ષપાતી છું, પુરૂષોને ન્યાય આપતો નથી, સ્ત્રીઓની તરફેણમાં ઉતરી જાઉં છું. મહાપુરૂષ મનુમહારાજે પણ પુરૂષનો પક્ષ કર્યો હતો, વગેરે વગેરે.

પ્રથમ તો હું માનું છું કે આપ યુગલ જ્યારે જ્યારે મારા લેખોની ચર્ચા કરતાં હશો ત્યારે મારો પક્ષ સ્ત્રીબાજુમાં ઢળતો જોઇને જ આપને માનહાનિ થઇ હોવી જોઇએ, યા તો આપે હાર કબૂલ કરેલી હોવી જોઇએ.

પ્રિય ભાઇ ! હું પુરૂષ છું. કલમ પણ પુરૂષાભિમાની છે. પરંતુ હું અને કલમ એ બેઉ ખરી વાતે તો જડ અને અક્રિય છીએ. અમે બેઉ એક ત્રીજા તત્ત્વની પ્રેરણાથી પ્રેરાયેલાં હોવાથી સ્વતંત્ર નથી. પરંતુ જે પ્રેરનાર આત્મા છે તે નથી સ્ત્રી કે પુરૂષ. માત્ર એ છે સત્, ચિત્ત, આનંદનો અંશાવતાર. એને પક્ષ નથી સ્ત્રીનો યા પુરૂષનો. એટલે હું અને મારી કલમ બેઉ સ્ત્રી અને પુરૂષથી તટસ્થ રહી ન્યાયદૃષ્ટિથી જે જણાય તે લખીએ છીએ.

છતાં એ ખરૂં કે બીજાનું હોવા છતાં ઘણા વખતથી પોતે ભોગવેલા મકાનની માલિકીની વાસ્તવિકતા પુરવાર કરવામાં આવે ત્યારે ભોગવનારના લાંબા વખતના ભોગવટાને લઇને તેની માલિકીની વાસ્તવિકતા પુરવાર કરનાર તેને અન્યાયી લાગે છે.

છતાં પુરૂષાભિમાની હૃદયને હું પૂછું છું કે સ્ત્રીઓ મનુષ્ય છે. તો પછી એ મનુષ્ય તરીકે શા માટે જીવી ન શકે? સ્ત્રી ઉપર લદાયેલાં બંધનો એ શું બરાબર છે? એની પરાધીનતા, એનાં દુઃખ, એનાં આંસુ, એની નિરાધારતા અને એનાં પતન પ્રત્યે જો તમે જવાબદાર નજરથી જોશો તો લાગશે કે શું એક સ્ત્રી આવી પરાકાષ્ટા ભોગવવાને જ સરજાયેલી છે? આપને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર મને લાગતી નથી.

(૨) આપનો બીજો પ્રશ્ન છે: 'અમે બે યુવાન યુગલ સંપૂર્ણ સુખી છીએ. એકબીજાનામાં ઓતપ્રોત બની રસબસતા અનુભવીએ છીએ. પરંતુ અમારી ચર્ચાના વિષયમાં ક્યારેક હુંસાતુંસી થાય છે અને બખેડો જામે છે. તો અમારો પ્રેમ સદા સર્વદા ટકી રહે અને આનંદની સરિતામાં વહન કરતાં અમે સામે તીરે પહોંચીએ એ માટે માર્ગ બતાવશો ?'

પ્રણયનો માર્ગ એ તો અલૌકિક માર્ગ છે, ભાઇ! તે બતાવ્યો વરતાતો નથી. એ મોંઘેરા પાઠમાં તો અનેકોએ ગુલાંટ ખાધી છે. પ્રેમને જાળવી રાખવો મુશ્કેલ છે. સ્થાયી પ્રેમ માટે ડૉકટર કારમાઇકલ સ્ટોપ્સ જણાવે છે કે 'કોઇ મને પ્રશ્ન કરે કે વૈવાહિક જીવનમાં કઠિનમાં કઠિન કાર્ય શું? તો હું સીધો પ્રત્યુત્તર આપી દઉં કે 'સ્થાયી પ્રેમ.' અર્થાત્ વૈવાહિક જીવનમાં એક જ પ્રકારનો પ્રેમ સદા નિભાવી રાખવો તે કઠિન કાર્ય છે. એક કવિ કહે છે:

'અગન આંચ સહેવો સુગમ, સુગમ ખડગકી ધાર,
નેહ નિવાહન એક રસ મહા કઠિન વ્યાપાર.'

કવિ મહાત્મા તુલસીદાસનાં વચનોમાં કહીએ તો:

'તુલસી જપ તપ નેમ વ્રત સબ સબ હીં તે હોય,
નેહ નિવાહન એક રસ જાનત વિરલા કોય.'

અનેક ગલીકુંચીઓ અને ભૂલભુલામણીથી ભરેલા આ માર્ગ ઉપર આવીને ઉભા તો હરકોઇ રહી શકે છે. પણ એ પંથે પડયા પછી ક્યારે તેમાં ઠોકર લાગશે તે કહી શકાતું નથી, અને અણચિંતવ્યા અનેક એમાંથી ગબડી પડયા છે. પ્રેમ ત્રણ કારણોને અવલંબી રહે છે:

(૧) ગુણથી. (૨) સુંદરતાથી. (૩) સ્વાર્થથી.

અરસપરસ સદ્‌ગુણથી આકર્ષણ પામી પ્રેમબંધનમાં બંધાયેલાં–જોડાયેલાં જોડલાં પોતાના સદ્‌ગુણો સાચવી રાખી એક બીજાને અનુકૂળ બનવા પ્રયાસ કરે છે, પોતાને અધિક માનવા–મનાવવા ખોટો

પ્રયાસ કરવામાં નથી આવતો, તો આ કારણે રહેલો પ્રેમ ચીરસ્થાઇ બને છે.

સુંદરતા એ સદાકાળ ટકી રહેતી નથી. એમાં રોગ કે કોઇ બીજા કારણે જ્યારે કુરૂપતા આવે છે ત્યારે એ પ્રેમ-વીરડાનાં પાણી આછાં બને છે અને સુકાઇ પણ જાય છે! એટલે માત્ર સુંદરતાના કારણે નભતો પ્રેમ ચીરસ્થાઈ રહેવો મુસ્કેલ છે.

સ્વાર્થનો પ્રેમ એ તો ખરી રીતે પ્રેમ જ નથી. છતાં યે સ્વાર્થની ખાતર તેને નિભાવવો પડે છે. કાં સ્વાર્થ સિદ્ધ થયે એ પૂરો થાય છે, કાં સ્વાર્થસિદ્ધિ નહિ થાય એમ જણાતાં વિલીન બની જાય છે.

પરંતુ વૈવાહિક જીવન અને આજનાં સમાજબંધનોએ એકબીજાને બંધનથી જકડી લીધા પછી તેમાં પ્રેમની ખુશબો હોય યા ન હોય, પણ દિવસો નિર્ગમન કરવાના હોય છે. એવું સંસારી જીવન એ જળ વિનાની સરિતા જેવું, ખુશબો વિનાનાં ફુલો જેવું હોય છે.

બાકી ચર્ચાના વિષયમાં બખેડો થવો એ સ્વાભાવિક છે. કારણ કે બન્ને પક્ષ પોતાની માન્યતા ઉપર દઢ હોય છે. એક જ બાબત કે વિષય ઉપર જુદા જુદા દૃષ્ટિકોણથી અવલોકનારને જુદી જુદી રીતે એ સમજાય છે. અને જ્યાંસુધી એ વિષયને સામાની નજરથી જોવામાં ન આવે ત્યાંસુધી વિવાદ જારી રહે છે. કયારેક આવા વિષયો વિતંડાવાદ ઉભો કરે છે, અને કયારેક એ પ્રણયકલહ રૂપે પણ રૂપાંતર પામે છે. પણ ખરી વાત એ છે કે જે પોતે સમજ્યા હોય તે સામા પક્ષને વિનય, વિવેક, અને દલીલથી સમજવામાં આવે એ માટે દુરાગ્રહ ન થાય, દુરાગ્રહમાંથી સ્નેહસાંકળના અંકોડાના જારણ થયેલા સાંધા ઉપર વિવાદાગ્નિ લાગી તેને ઢીલા ન કરે તેનો ખૂબ ખ્યાલ રાખવો પડે છે. કવિની ભાષામાં કહીએ તો:

'સજ્જન, દોરી પ્રેમકી તાને સે તુટ જાત,
તુટી, સાંધી, એક ભઇ, બીચમેં ગાંઠ લગ જાત.'

સોનાથી અને જળહળતા સુવર્ણકલશોથી ઓપતી, દ્વારિકા નગરીમાં એક વખત શ્રી કૃષ્ણ સુંદર પલંગ ઉપર પડખાભેર મસ્તકને જમણા હાથનો ટેકો આપી સુતા છે. પાસે તેમની આઠ પટરાણીમાંથી રાજકન્યા રૂક્ષ્મણી રત્નજડિત પંખાથી પવન નાંખે છે. એ જુગજૂના ઐતિહાસિક દશ્યના પ્રણયકલહનું એક બ્યાન આપું:

એ પ્રેમવિધાયક પરમાત્માને પ્રણયકલહ જગવવાનું એકદા મન થયું:

'પ્રિય રૂક્ષ્મણી! તેં શા માટે મારી સાથે લગ્ન કર્યું? અરે, તું શું જોઇને મને ચાહતી થઇ? શિશુપાળ અને દંતવક્ર જેવા મહાન બલીષ્ટ રાજા તને ચાહતા હતા, તારે માટે-તને મેળવવા માટે પોતાના જાન કુરબાન કરનાર, શત્રુઓની સામે રણમેદાનમાં બહાદુરીથી જંગ ખેલનાર રાજપતિઓ સાથે તારૂં લગ્ન કરવા તારા ભ્રાતાઓ પણ ઇચ્છતા હતા. એ બધાને છોડી દઇ મને તેં શા માટે પસંદ કર્યો? મારા જેવો એક સાધારણ માણસ કે જે રાજા નથી, રાજપતિ પણ નથી, રાજાઓની ગણનામાં જેને સ્થાન નથી અને એની સાથે મારામાં બહાદુરી પણ કયાં છે, સુંદરી?

'જુઓને રાજાઓથી-શત્રુઓથી ભય પામી સમુદ્રનો આશ્રય કરીને આ બેટનિવાસ મારે ભયને કારણે કરવો પડયો છે!

'મારા જીવનની નિર્બળતા તો જુઓ! ગોવાળીયા અને ગોવાળણોની દયા ઉપર જીવનની શરૂઆત કરી. ઘરઘરની માગી ભિખેલી છાશ ઉપર દિવસો ગુજારતો. થોડા દિવસ રાજા વિશ્વકસેનાની ખુશામદમાં કાઢયા. જરાસંધ જેવા બળવાનને ભગાડી પૃથ્વીના પટ ઉપર કયાંય ઉભા રહેવાની જગ્યા ન મળી ત્યારે આ બેટ સમુદ્રનો આશરો શોધ્યો!

'તે પણ ઠીક, પરંતુ તમારા જેવી લલનાને યોગ્ય એવી સુંદરતા પણ મારામાં કયાં છે? મારા શરીર સાથે સંલગ્ન થયેલી શ્યામલતા એ શું તમને અણગમો ઉત્પન્ન નથી કરતી?

'બીજી રીતે કહું તો રૂક્ષ્મણી! હું ખરા દિલથી તમને ચહાતો પણ નથી. તમે એક માન્ધાતા સમા રાજનની સુકોમળ કન્યા, હું

એક ગોપાલન કરનાર પરાધીન પ્રજાનો પુત્ર. એ અસમાનતાનો સહ-ચાર—ઐક્ય કેમ થઇ શકે?

'પશ્ચાત્તાપ તો તમને જરૂર થતો હશે. અને હું પણ એ જ કહું છું. તમને ગ્રહણ કરવાનું કારણ માત્ર એક જ તમારી યાચના પુરી કરવાની ખાતર હું તમને લાવ્યો. પરંતુ મને મારી ભૂલ સમ-જાય છે. ખરી રીતે તમારા જેવાં સૌભાગ્યસુંદરીને લાયક હું નથી.

'અને એથી જ તમને સુખી કરવાં એમ મને સમજાય છે, રૂક્ષ્મણી! હજી પણ શું બગડી ગયું છે? હજી પણ કોઇ તમારે લાયક મહિપતિને પસંદ કરી જીવનમાં અનુરાગ મેળવો એમ હું ઈચ્છું છું.'

'નિયત સમયે નહિ આવી મળો તો મારા પ્રાણ ત્યાગ કરીશ.' એવો સંદેશો કહેવરાવનારી, પ્રાણેશ્વરની ખાતર સર્વસ્વનો ત્યાગ કરનારી રૂક્ષ્મણી પોતાના જ પ્રિયતમ-પ્રાણાધારના મુખે આવાં વાક્યો સાંભળે ત્યારે શું થાય?

દેહભાન ભુલાય, મૂર્ચ્છા આવે અને પૃથ્વી ઉપર દેહ ઢળી પડે. શ્રીકૃષ્ણ ચતુર્ભુજ બને, મૂર્ચ્છિત પ્રિયતમાના દેહને ઉચકી લઇ તેના મુખ ઉપર વાયુ ઢોળે, રૂક્ષ્મણી જાગૃત થાય અને શ્રી કૃષ્ણના વચનોનો વિચાર કરે.

મહાકવિઓએ મહાપુરૂષોનાં જીવનચરિત્રમાં આ રીતે પ્રણય-કલહના પ્રસંગો ઉમેરી દુનિયાને બતાવ્યું છે કે કેવળ પ્રેમના આનંદમય, ઉંચે ઉંચે ઉડવાના વાતાવરણમાં જે મજા છે તે કરતાં દરિયાની સપાટી ઉપર નાવડીમાં બેસી પ્રણયકલહ રૂપી દરિયાનાં મોજાંથી નાવડી જ્યારે ઉંચે ચઢીને નીચે પડે છે, જળતરંગોથી એમાં આંદો-લન પ્રગટે છે, તેમાં જે મજા—છે જે આનંદ છે તે વળી અનેરો હોય છે!

તેમ ભાઇ! આપની સંસારયાત્રામાં કદાચ પ્રેમકલહ જાગતો હોય તો તે ભલે જાગે, એથી ડરશો નહીં. એક જૂની કહેવત યાદ રાખજો: 'ઉના પાણીથી ઘર નહીં બળે.'

*

(૪૯) એક જીજ્ઞાસુ—કપડવંજ

પત્ર મળ્યો. એક મિત્રને ઝીણો તાવ, વગેરે વિષે લખો છો. ડાકટરો—વૈદ્યો તેને ક્ષય કહે છે અને એને માટે ઉપાય ચાહો છો :

ભાઇ ! આપ અને બીજા વૈદ્યો માનો છો તેમ જો ક્ષય જ હોય તો આવા પ્રશ્નોદ્વારા બતાવેલા ઉપાયથી તેમની તબીયત સુધરે એમ હું માનતો નથી. તેમના દરદનું કોઇ સારા વૈદ્ય પાસે નિદાન કરાવી, ઉપચાર કરો તો જ ઠીક.

કેટલીક વખત ઝીણા તાવ અને ખાંસીના મેળથી ક્ષય ન હોવા છતાં ક્ષય માની બેસી ખોટા વહેમે દોરવાઇ જાય છે, એ પણ ભુલવું ન જોઇએ. ચોક્કસ નિદાન અને યોગ્ય સારવારથી આવા દરદીઓ ઘણી વાર સારા થઇ જાય છે. માટે પ્રથમ કોઇ વૈદ્ય પાસે રૂબરૂમાં જઇ નિદાન કરાવો અને પછી જ ઔષધોપચાર શરૂ કરો.

*

(૫૦) ગુજરાતવાસી—કલોલ

મોઢા ઉપરની કાળાશ અને શરીરની અક્કડતા મટાડવાનો ઉપાય માગો છો :

દરરોજ બદામ નંગ પાંચને બારીક વાટી દુધની મલાઇ સાથે મેળવી ચહેરા ઉપર ખૂબ ધીમા હાથે ઘસો. દરરોજ આખા દિવસનું અશેર ગાયનું દુધ પીઓ. જરૂર ચહેરા ઉપરની શ્યામલતા દૂર થઇ, ચમકદાર તેજસ્વી ચહેરો બનશે. થોડા વખત બ્રહ્મચર્ય પાળી વીર્ય-રક્ષા કરશો તો જલ્દી લાભ થશે.

શરીર વળે એવું બનાવવા સવારમાં તેલનું માલીસ કરો. તેની સાથે મયુરાસન અને પશ્ચિમતાન આસનનો અભ્યાસ કરો. શરીર સરસ કહ્યાગરૂં બનશે અને જેમ વાળો તેમ વળશે.

*

(૫૧) જમ્મુ–સુરત

એક બાઇને માસિક અટકાવ નિયમિત આવતો નથી તેનો ઉપાય માગો છો :

ચંદ્રપ્રભા ગોળી ૨ દુધ સાથે શમશમની નંબર બીજો ગોળી ૨ બપોરે પાણી સાથે. યોગરાજ ગુગળ ગોળી ૨ રાત્રે પાણી સાથે આપવાની શરૂ કરો. જમ્યા પછી એક તોલો દ્રાક્ષાસવ, અરધો તોલો કુમારીઆસવ અને અશોકારીષ્ટ મેળવી દિવસમાં બે વખત આપો. એક મહિનો સુધી આ દવાઓ ચાલુ રાખો. નિયમિત અટકાવ આવવા લાગશે અને ગર્ભસ્થાન સુધરશે. વાયડા પદાર્થો બંધ કરવા જોઇએ અને શરીરને કસરત (ઘરના.કામકાજની) મળવી જોઇએ.

*

(૫૨) ચુનીલાલ ત્રીભોવન શાહ

પત્ર મળ્યો. આપ પ્રશ્ન કરો છો કે 'જ્યારે વધારે પડતાં મરચાં તેલ વાળો ખોરાક ખાવામાં આવે છે ત્યારે પેસાબે બળતરા બળે છે તેનો ઉપાય બતાવશો ?'

વાહ ભાઇ! વાહ! પ્રશ્ન મજાનો અને તેનો ઉપાય પણ મજાનો! લ્યો તમને બતાવું :

તમારે સખત તેલ મરચાંવાળો ખોરાક નહીં ખાવો. પછી બળ-તરા નહીં થાય. તમે કહેશો કે વૈદરાજ એમ કેમ? જવાબમાં હું કહીશ કે ભલા ભાઇ! તમે ભાવે તેટલાં તેલ કે મરચાં ખાઓ અને તેથી બળતરા ન બળે ત્યારે શું ઠંડક વળે? તમારે તો વળી એ તેલ મરચાંનો ઉપકાર માનવો જોઇએ કે તે માત્ર એક જ ઠેકાણે બળતરા પેદા કરે છે! નહીંતર જમતાં જે સીસકારા મોઢે બોલાવતા હો તેટલા જ સીસકારા ખરી રીતે જાજરૂમાં મળદ્વારે મળત્યાગ કરતી વખતે પણ બોલે ત્યારે તેલ મરચાંના ખરા ટેસ્ટની ખબર પડે! માફ કરજો હો, તમારા પ્રશ્નથી સ્વાદના રસીયા ઘણા બિરા-દરોને જાગવાનું મળશે. હું ખાત્રી આપું છું કે આવા ખોરાકો ત્યાગ કરી સાત્વિક આહાર અને યોગ્ય કસરતથી બીજી ફરિયાદો પણ દૂર થઇ જશે, દવાની કોઇ જાતની તમને જરૂર જ નથી.

*

(૫૩) નવયુવક—રાજકોટ

પત્નીને ક્યારેક વીશ દિવસે તો ક્યારેક દોઢ મહિને અટકાવ આવે છે. એ અનિયમિતતા દૂર કરવા માટેનો આપનો પ્રશ્ન છે:

ભાઇ! મારા અનુભવથી મને જણાયું છે કે બ્હેનોમાં આજકાલ આ જાતની ફરિયાદ એટલી બધી વધી પડી છે કે વાત ન પૂછો. મને લાગે છે કે યોગ્ય કસરતનો અભાવ, નકામી નવરાશ અને માન-સિક મંથનોથી આડકતરી અસર આવા કુદરતી કાર્યો ઉપર થઇ છે. અને જ્યાંસુધી આવાં આવાં આંતરિક કારણોનો સુધારો થતો નથી ત્યાંસુધી કેવળ દવા સંપૂર્ણ સુધારો કરી શકતી નથી. છતાં આપનાં પત્નીને નીચેની દવા આપશો:

નાગકેસરનું ચુર્ણ રતી ૬, ઉલટકંબલનું ચુર્ણ રતી ૩, આહુન ચુર્ણ રતી ૨, ચોપચીની ચુર્ણ રતી ૨.

આ ચારે વનસ્પતિની ચીજો છે, ગાંધીને ત્યાં મળે છે. ઉપરનું પ્રમાણ એક વખતનું છે. એટલું દિવસમાં ૨ વખત સવાર સાંજ આપવું. લાગઠ બે મહિનાનું સેવન રાખવાથી નિયમિત ઋતુ આવવા લાગશે. દરેક વખતે દવા બકરીના પાશેર દુધ સાથે આપો.

*

(૫૪) વલ્લભભાઇ વણારસી—વડોદરા

દિવસે આંખો બંધ કરવાથી કાળા દાણા જેવું દેખાય છે. તે માટેનો ઉપાય :

તમને દિવસે જ્યારે જ્યારે આંખો વિંચવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે તમારી સામે જાણે પૂર્ણિમાનો ચંદ્રમા છે તેને તમે જોઇ રહ્યા છો એવી ભાવનાથી જોયા કરશો; અને જ્યારે જ્યારે આંખો બંધ કરો ત્યારે ત્યારે ચંદ્રની કલ્પના કરી તેનું પ્રતિબિમ્બ ખડું કરશો એટલે કાળા દાણા દેખાતા બંધ થશે. આ કોઇ રોગ નથી. માનસિક સંભ્રમ છે. એને માટે દવાની જરૂર ન હોય. એથી તમને કોઇ ખાસ નુકસાન પણ થવાનું નથી.

*

(૫૫) દત્તુરાવ રાજારામ તામ્બે—વડોદરા

આપને દાંતમાંથી દુર્ગંધ આવે છે, પેઢાં ફુલે છે-ભય રહે છે કે દાંતનો મહાવ્યાધિ હોય કે થશે ! તેનો ઉપાય માગો છો:

દાંતમાંથી કે મોઢામાંથી દુર્ગંધ આવવાનું કારણ કેટલીક વખત દાંતમાં થતા પરુને કારણે પણ હોય છે, અને કેટલીક વખત હોજરી અને આંતરડાંના બિગાડને કારણે પણ હોય છે. તે ગમે તે હોય પણ

આપને એમાંથી કોઇ મહાન વ્યાધ થવાનો નથી. સાવચેતીપૂર્વક નીચેના ઉપાયો કામે લગાડો. દાંત સુધરી જશે.

(૧) કોઇ પણ જાતનો ખોરાક ખાધા પછી ખૂબ કોગળા કરી દાંતમાં પેસી ગયેલ અનાજ કે ખાદ્ય પદાર્થનાં કણેકણ કાઢી નાંખો. કારણ કે આવી રીતે દાંતના મસોડામાં ભરાઇ રહેતા અનાજના કણો સડો પેદા કરે છે અને એ વ્યાધિ લંબાય છે. મીઠાના કોગળા લાભદાયક થશે.

(૨) પાન, તમાકુ, સોપારી અને બીડી એ બધાં દાંતને નુકસાન કરે છે. તેની સાથે મીઠાઇઓ અને વધુ પડતી ખાંડ કે ચહામાં વારંવાર લેવાતી ખાંડ પણ દાંતને બગાડે છે. માટે એ પણ બંધ કરો.

(૩) દાતણ લીંબડાનું (કડવા) સવારમાં કરો. જમ્યા પછી પાણીમાં મીઠું નાંખી કોગળા કરો. રાત્રે સૂતી વખતે તલના તેલનો કોગળો ભરી રાખો, જ્યાં સુધી રહી શકે ત્યાં સુધી. ત્યારબાદ થુંકી નાંખી સુઇ જાઓ અને નીચેનું મંજન દિવસમાં બે ત્રણ વખત ઘસો.

લીંબડાના પાનની રાખોડી તો. ૫, બદામના છોડના કોલસા તો. ૨।।, સોપારીના કોલસા તો. ૨।।, રૂમીમસ્તકી, તો. ૧, એલચી તો. ૧, માયું તો ૧, સીંધવ તો. ૧, તજ તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૦।।.

બધાને બારીક ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી મંજન તરીકે દાંતે ઘસો. દસ્ત સાફ આવે તેની કાળજી રાખો. દાંત એકદમ સુધરી જશે.

*

(૫૬) રમણલાલ હરગોવિંદ શાહ–વડોદરા

કાનમાં સણકા આવે છે ત્યારે સખત વેદના થાય છે અને રડી પડાય છે તેનો ઉપાય :

ઘણું કરી આવી વેદના કાનમાં શરદી લાગી કર્ણનળી પાસે આવી જવાથી ઉપડે છે. તે માટે પ્રથમ તો સણકો આવતો હોય તે કાનમાં રૂનું પુમડું ભીડાવી દેવું જોઇએ અને કાનની આસપાસ એ. બેલેડોનાનો લેપ કરી ફરતું રૂ દાબી દેવું અથવા ધતુરાનો રસ કાઢી ગરમ કરી તેમાં અફીણ પાવલીભાર મેળવી, કાનની ફરતો લેપ કરી ઉપરથી જરા શેક કરવામાં આવે છે તો દવા કાનમાં નાંખવી નથી પડતી તેમ જ કાનનો પાક થતો અટકી જાય છે અને સોજો ઉતરી જાય છે. પણ ઉપરના ઉપચારથી જો સણકો બંધ ન થાય તો નીચેના કોઇ પણ ઉપચારની દવા કાનની અંદર નાંખવી.

તલનું તેલ તો. ૧૦, કારબોલીક એસીડ તો. ૧ એ બેનું મિશ્રણ કરી કાનમાં નાંખવું.

તલનું તેલ તો. ૫, લસણની કળી તો. ૧. લસણની કળીને છુંદી તેલની અંદર ચુલે ચઢાવી બાળી નાંખવી અને એ તેલ કાનમાં નાંખવું.

ડમરો (મરવો) લાવી તેનાં પાંદડાં વાટી તેના રસનાં બે ટીપાં કાનમાં મુકવાં.

ગ્લીસરાઇન તો. ૫, અફીણ તો. ૦॥ બેઉ સાથે ઘુંટી પ્રવાહી બનાવવું. એ ટીપાં મૂકવાથી કાનની વેદના તાત્કાલિક નાબુદ થાય છે. પણ સાધારણ બહેરાશ આવે છે. જો કે તે બે ચાર દિવસમાં આપોઆપ નાબુદ થઇ જાય છે.

ઉપરના સાદા અને સરલ ઉપાયો કાનના સણકાને માટે અકસીર છે. એક નહિ તો બીજો ઉપચાર કરવાથી જુદા જુદા માણસોને જરૂરથી ફાયદો થાય છે. આ બધા સામાન્ય રીતે નિર્દોષ ઉપાયો છે.

*

(૫૭) રંગીલદાસ એચ. ભાવસાર–વડોદરા

ગળાના કાકડા ફુલી જાય છે. તેનો ઉપાય માગો છો:

ગરમ ચટણીદાર ખોરાકો ખાવાથી, પાનમાં સખત ચુનો ખાવાથી, આંતરડાંમાં સખત ગરમાઇ થવાથી કાકડા ફુલી જાય છે અથવા સાધારણ મોટા થાય છે. તે માટે પ્રથમ તો ખોરાક હલકો અને તેલ મરચાં વગરનો લેવો જોઇએ. એકાદ સાધારણ જુલાબ લેવો અને નીચેનો ઉપાય કરવો:

બાવળની છાલ, બોરડીની છાલ, જાંબુની છાલ, ત્રણનો ઉકાળો કરી તેમાં ફુલાવેલી ફટકડી નાંખી, તેના બે ત્રણ વખત દિવસમાં કોગળા કરવા. ત્યારબાદ મધ તોલા ૫ તથા ફુલાવેલ ટંકણખાર તો. ૧ એ બેનું મિશ્રણ કરી દિવસમાં બે વખત કાકડા ઉપર લગાવવું.

અથવા ગ્લીસરાઇન તો. ૧૦, એસીડ ટેનિક તો. ૧ા મિશ્રણ કરી ગળામાં રૂ વડે લગાવવું. અથવા અડાયા છાણાની રાખોડી કપડેથી ચાળીને તો. ૨ા અને હળદર વાટી મેળવી, તેમાંથી ચપટી ભરી કાકડા ઉપર દબાવવું.

ઉપરના ઉપચારોથી કાકડો બેસી જાય છે. આટલું છતાં પણ જો ચાલુ રહે, દર્દ કરે, ખાંસી થઇ આવે અને ઘણા વખત સુધી મટે નહિ તો પછી કુશળ ડોકટરને હાથે કાકડાનું ઓપરેશન કરાવવું.

*

(૫૮) એન. બી. વાય. અલી—મોલમીન

આપનો કંઠ ગાવાલાયક રહે, મધુરતા આવે તેનો ઉપાય પુછાવો છો. તેના ઉત્તરમાં બે જુના ગામડી દુહા ટાંકું છું :

હીંગ મરચું ને આંબલી, સોપારી ને તેલ,
જો ગાયનનો ખપ પડે તો પાંચે વસ્તુ મેલ.

*

દુધ, સાકર, ને એલચી વરીયાળી ને દ્રાક્ષ,
જો ગાયનનો ખપ કરે તો પાંચે વસ્તુ રાખ.

*

(૫૯) ભટ્ટ—અરાદ

માથામાંથી ખરતા વાળ અટકાવવા માટે ઉપાય માગો છોઃ

સુકાં આંબળાં એક શેરને ખાંડી ખરલમાં નાંખો અને કાળા ભાંગરાના રસમાં સાત દિવસ ઘુંટયા કરો. બરાબર સુકાઇ જાય એટલે એ બધાનો પેંડો વાળી છાંયે સુકાવા દો. સ્નાન કરતી વખતે પત્થર ઉપર એ સોગઠીને બકરીના દુધ સાથે ઘસી માથામાં ભરો અને અર્ધા કલાક પછી ઠંડા પાણીથી ન્હાઇ નાંખો. એકાદ અઠવાડીયું આ પ્રમાણે કરવાથી ખરતા વાળ અટકી જશે.

*

(૬૦) ભાઇ જીજ્ઞાસુ—નાગપુર

આપનો પત્ર મળ્યો. 'રખે વહેમાતા'માં કેટલીક બાબતની ચર્ચા મેં બીલકુલ કરી નથી તે માટે આપ મારૂં ધ્યાન ખેંચો છો. તેમાં સંતતિનિયમન (બર્થકંટ્રોલ)ની ઉણપ જણાવો છો.

હું પણ જાણું છું કે 'રએ વહેમાતા'માં કેટલાક વિષયની ચર્ચા રહી જવા પામી છે. અને ગમે તે પુસ્તક ગમે તેવું સુંદર હોવા છતાં તે સંપૂર્ણ નથી રહેતું. આપના લખવા પ્રમાણે સંતતિનિયમનની ચર્ચા અથવા તેનું જ્ઞાન આજના સમાજજીવનની દૃષ્ટિએ ચર્ચવાની જરૂર છે, અને એના માટે મેં એક સ્વતંત્ર પુસ્તક 'સંતતિ સંયમન' લખ્યું છે, જે પ્રગટ પણ થઇ ગયું છે. તેમાં કેવળ સંતતિનિયમનની જ ચર્ચા કરી છે. તે ઉપરાંત 'નવદંપતીને' નામના મારા પુસ્તકમાં પણ ખાસ પ્રકરણો રોકી, પૌર્વાત્ય અને પાશ્ચિમાત્ય દૃષ્ટિના સમન્વયે ખૂબ લખ્યું છે. એટલે એ બન્ને પુસ્તકો મંગાવી જોઇ લેવાથી આપને પુરનો સંતોષ થશે. એ સિવાય પણ ઘણું જાણવાનું મળશે.

બીજો પ્રશ્ન આપનો નાના બાળકને 'પારૂવલો' લાગવા સંબંધમાં છે.

'પારૂવલો' એ શબ્દ કાઠિયાવાડ, ઝાલાવાડ અને કચ્છમાં રૂઢ થઇ પડયો છે. ગુજરાતમાં એને 'બાળ સુકતાન' કહે છે. એ રોગ ધાવણાં બાળકને થાય છે. તે બે પ્રકારે થાય છે: એક પ્રકાર એવો છે કે જ્યારે બાળક ધાવતું હોય છે તે દરમ્યાન, સ્ત્રી-પુરૂષ સમાગમ કરે છે અને એ સમાગમ કાળમાં ઉત્પન્ન થતી એક પ્રકારની ઉષ્મા (ગરમાઇ) માતાના શરીર મારફત-ધાવણ મારફત બાળકના શરીરને લાગે છે અને તેથી બાળકના શરીરનું પોષણ થતું અટકી જઈ, બાળક શોષાવા લાગે છે. તેની સાથે ઝીણો તાવ લાગુ થઇ બાળક ક્ષયના દરદીની માફક ગળતું જાય છે.

આયુર્વેદ શાસ્ત્રનું તો, બાળક ધાવતું હોય ત્યાંસુધી પતિ પત્નીએ બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું સખ્ત ફરમાન છે. છતાં અઢી વરસનું બાળક થાય ત્યાંસુધી જેમનાથી સંયમ જાળવી ન શકાય તેમણે કેટલીક નીચે મુજબની સાવચેતી રાખી હોય તો બાળક આ વ્યાધિથી બચી જાય છે:

(૧) સમાગમકાળમાં બાળકને પથારીથી અલગ કરવું જોઇએ. એટલે બાળકને શરીર ન અડે. એટલું જ નહિ પણ તેનું પારણું પથારી જુદાં કરી ત્યાં સુવાડયા પછી જ સમાગમ આદરવો ઘટે.

(૨) સમાગમ થયા પછી તે સમય ઉપર ચાર કલાક વીતી જાય ત્યાંસુધી બાળકને અડકવું ન જોઇએ અને ૭ કલાક સુધી ધવરાવવું ન જોઇએ.

(૩) સમાગમ પછીની આવશ્યક શુદ્ધિ થયા પછી એ બાળકનાં ઝબલાં ટોપીને અડકાય તો જ શ્રેષ્ટ છે. પારણાને હીંચકાવવું એ સમાગમ કાળમાં બાળક તરફ એક ભયંકર રોગને વહેવરાવવાના ઇલેકટ્રીક કરંટ જેવું રોગવાહક સાધન સમજી લેવું.

આવી સાવચેતી રાખવામાં આવે છે તો સમાગમકાળનો તમાગ્નિ બાળશરીર રૂપી ગુલાબની કળીને ખીલતી અટકાવી શકતો નથી. નહિ તો આવી સાધારણ ન સમજી શકાય તેવી ભૂલથી બાળકો એવા વિચિત્ર વ્યાધિમાં સપડાય છે કે પછી તેમને દૈવ કે વૈદ્ય બચાવી શકતાં નથી.

આથી બીજી રીત એથી પણ વધારે વિનાશક છે. એ છે બાળક ધાવતું હોય તે વખતે ગર્ભ રહેવો તે.

બાળક સ્તનપાન કરતું હોય તે વખતે જ્યારે ગર્ભ રહે છે ત્યારે તેની બાળક ઉપર બહુ જ માઠી અસર થાય છે, અને હિમ પડવાથી જેમ વૃક્ષ દાઝી જાય તેમ બાળક સુકાવા લાગે છે. ઘણું કરીને આ પ્રકારને જ 'પારૂધલો' લાગ્યો એમ કહેવાય છે.

પારબ્ધવશાત આવી સ્થિતિ નીપજવા પામી હોય તો તુરત જ બાળકને માતાથી જુદું પાડવું જોઇએ. એટલે માતાએ તેને ધવરાવવું બંધ કરવું, એટલું જ નહિ પણ સાથે સુવરાવવું નહિ, તેમ જ એ બાળકની માવજત પણ માતાએ છોડી દઇ 'રામભરૂસે' સોંપી દેવું જોઇએ.

આ સ્થિતિમાંથી ઘરમાં જો કોઇ વડીલ માતા કે વૃદ્ધા હોય છે તો તો છોરેલું બાળક કુદરતના ભરૂસે બચી જઈ ઉછરી મોટું થઇ જાય છે. નહિ તો એક બાળક ગર્ભના પડદા પાછળ અને એક બાળક પ્રભુને ખોળે સોંપનાર મહિલાને રોષભરી આંખે જોઇ ઠપકો આપે ત્યારે જવાબમાં ' પ્રભુની માયા છે બા ! ' કહેનારની દુઃખી આંતરડીના નિઃશ્વાસને જો કોઈ પિછાની શકનાર નીકળે તો તેમાં લખાયું હોય છેઃ ' સંસારના વિષયવાસનાના ભુખ્યા પુરૂષે હજુ તો પ્રસુતિને પંદર મહિનાએ વિત્યા નથી, ત્યાં કામપ્રવૃત્તિની ઘેલછાને લીધે પરાધીન પત્નીને બળાત્કારે જીતી લઇ એ અવસ્થા આણી છે.' બિચારી પરતંત્ર પત્ની અને ભાનભૂલ્યો કામાંધ પતિ ! દયા કર ઇશ્વર, એના ઉપર કે જેની કામુકતાએ તેનું ચિત્ત અને બુદ્ધિ હરી લીધાં છે !

આ માટે ઉપાય તો એક સુંદર છે. સેંકડો નહિ હજારો પારૂ-ઘલાથી પીડાતાં, નશ્વર સંસારને છેલ્લા નમસ્કાર કરતાં બાળકોને બચાવી લીધાં છે. આ રહ્યો એ બાળક બચાવનો ઉપાયઃ

ખાપરીયું તો. ૧૦ તથા સફેદ મરી તો. ૫

બંને વસ્તુને બારીક કરી ખરલમાં નાંખી અંદર એક રૂપીઆ-ભાર માખણ નાંખવું, માખણ બરાબર મળી જાય એટલે ખાટાં લીંબુનો રસ ખરલમાં નાંખી ઘુંટવું. હમેશાં તાજો રસ નાંખી ઘુંટતા જવું. સાત દિવસ ઘુંટયા પછી ખરલમાં જ સુકાવા દઇ બાટલી ભરી લેવી. તેમાંથી દરરોજ ૨ રતી લઇ એની અંદર બે રતી ગળોસત્ત્વ તથા બે રતી સારૂં–સાચું વાંસકપુર નાંખી જરાક મધ અને પાણી મૂકી દિવસમાં ત્રણ વખત પાઈ દેવું. આ પ્રમાણે એકાદ મહિનો આપવાથી બાળક શરીરે દુબળું થતું જતું હોય તે બંધ થઇને શરીર ખીલવા લાગે છે. ત્રણ મહિના સુધી લાગઠ આ દવા આપી શકાય છે. આજે વીશ વર્ષથી આ રીતે દવા વપરાય છે

અને અમે હજારો બાળકોને આપી જોઇ છે. તેમજ તેમાં સારો લાભ પણ દેખાયો છે.

બીજો પ્રશ્ન છે આપનો: એક બાળકીને જન્મ પછી આંખમાંથી પરૂ આવતું હોવાને કારણે ડાકટરને બતાવી. તેમણે કહ્યું. ' ગોનોરીયા ક્રમ ડીસ્ચાર્જ ' એટલે પ્રમેહજન્ય આંખનું દરદ. જ્યારે માતાપિતાને એકેને પ્રમેહ થયેલો નથી, ત્યારે આ બાળકીને જન્મ સાથે પ્રમેહ-જન્ય આંખનું દર્દ શા કારણે? અને વળી એ છોકરી આંધળી પણ થઇ છે તો તેનો ઉપાય :

ભાઇ! પ્રમેહ અને ઉપદંશ એ એવાં છુપાં અને ચેપી દરદો છે કે હરકોઇ માણસ કયારે, કયાંથી અને કેમ ભોગ થઇ પડે છે, એનો નિર્ણય કરવો ઘણો જ કઠિન છે. દેખીતી રીતે તેનાં માતપિતા પ્રમેહના રોગથી પીડાતાં નહિ જણાતાં હોય તો પણ કદાચ માતાના ગુપ્ત ભાગમાં ઉંડે ઉંડે પણ એ ચેપી રોગનાં પરમાણું રહેલાં હોય, અને ગર્ભાશયમાં જ એ માતાએ બાળકીને પ્રમેહનો વારસો આપી દીધો હોય તો તે બનવાજોગ છે.

પ્રમેહ આયુર્વેદશાસ્ત્રની દૃષ્ટિથી તો વીશ પ્રકારના છે. તે પૈકીમાં કેટલાક એવા છે કે જે શરીરમાં થયા પછી બહુ થોડા કલાક તેના બાહ્ય સ્વરૂપે દેખા દઈ, શરીરમાં ગુપ્તપણે આગળ વધે છે. સ્ત્રીને તો આવાં ચેપી દરદો થાય છે ત્યારે લક્ષમાં પણ હોતું નથી, અને કદાચ ધ્યાન ખેંચાયું તો તેની ઉપરની થોડી સારવારથી ઉપલક શાંતિ જેવું જણાય છે. પરંતુ અંદર એ વ્યાધિ છુપો ફેલાતો રહી કયારેક મૂળ રૂપમાં કે રૂપાંતર પામી પ્રગટે છે.

પ્રમેહ અને ઉપદંશ સંસર્ગજન્ય વ્યાધિ પણ છે. અને પીવાના પ્યાલા, ચહાની રકાબી, શરીર લુછવાના રૂમાલ, પેશાબ કરવાની મુત્તરડી, ડાકટરોની ઇંજેકશનની સીરીંજ, વગેરે મારફત એ પ્રકારના રોગીના શરીરમાં દાખલ થાય છે.

અગાઉ બાળકોને શીતળા કઢાવવામાં જ્યારે એક બીજાં બાળ-કોનો ચેપ લઇ ખોતરવાનો રીવાજ હતો ત્યારે બાળકોમાં આ ચેપ પ્રસરતો હતો. હમણાં તો શીતળાની રસી ગાયના વાછડાના શરીરમાં પેદા કરી તેમાંથી એ ચેપની લીધેલી રસી શીતળા ટાંકવા માટે વપરાય છે. એટલે સદ્‌ભાગ્યે આ ચેપ ફેલાતો અટકયો છે.

આપની માન્યતા છે કે સુવાવડની હોસ્પીટલમાં અન્ય સ્ત્રીઓ ચેપી દર્દવાળી હોય અને સદરહુ બાઇની સુવાવડ હોસ્પીટલમાં થઇ છે એટલે ત્યાંથી આવ્યો હોય.

સારી હોસ્પીટલો મેં જોઇ છે. ત્યાંની સારવાર, ત્યાં વપરાતાં સાધનો, દવાઓ, કામ કરતી નર્સો એ બધાં ઉપર ડોકટરો બહુ કાળજીપૂર્વક દેખરેખ રાખે છે. એક બાઇ માટે વપરાયેલાં સાધનો સંપૂર્ણ એન્ટીસેપ્ટીક દવાઓથી સાફ કર્યા પછી જ બીજે વપરાય છે. છતાંએ બેદરકાર હોસ્પીટલમાં કામ કરતી કોઇ નર્સે આ ચેપ લાવી આપ્યો હોય તો પણ એમ માનવું રહ્યું.

છોકરી અંધ થઇ છે ને તે પણ પ્રમેહના દર્દના ચેપથી. એટલે મને લાગે છે કે હવે એને દેખતી કરવાનાં કોઇ ઔષધો નથી.

માત્ર એની માતાની સ્થિતિ સંપૂર્ણ સુધારી લેવી જોઇએ કે બીજા ફરજંદમાં પણ જન્મથી અંધાપો આવે નહિ.

*

(૬૧) શ્રી. વેરાવળવાળા–કરાચી

પેટમાં દર્દ, ખોરાક નહિ પચાવો, હૃદયમાં દુઃખાવો, અને લોહીની ઓછપ માટે ઉપાય પુછાવો છોઃ

શ્રીમાન ! તમારા શરીરમાં પ્રથમ તો મંદાગ્નિ થઇ અને જેમ જેમ મંદાગ્નિ થતી ગઇ તેમ તેમ તમે રૂચી લાગે તેવા આડાઅવળા ખોરાક ખાવા માંડયા. એથી આંતરડાં બગડયાં, ખોરાક લેવામાં

આરે તેનું લોહી બનતું બંધ થયું, ગેસ થવા લાગ્યો અને ગેસ થવાના કારણે હૃદય ઉપર પણ ધક્કો લગાવ્યો.

એ માટે મારી સલાહ તો એક જ છે કે તમારે ત્રણ મહિના માટે અનાજ બીલકુલ બંધ કરીને છાશ ઉપર, દુધ ઉપર કે કેરી ઉપર રહી પ્રયોગ કરવો. ત્રણ મહિના અનાજ બંધ કરશો એટલે હોજરી અને આંતરડાં સુધરશે, પાચનશક્તિ સબળ થશે, અને બરાબર હજમ થવા લાગ્યું એટલે શરીરમાં લોહી વધશે અને બીજા ધાતુઓ પણ બળવાન બનશે. અનાજ છોડયા વગર તમારૂં શરીર સંપૂર્ણ સુધરે એમ હું માનતો નથી. પછી વૈદની કે ડોકટરની દવા લ્યો, પંદર દહાડા ઠીક લાગે, ફરી એનું એ ! એ બધાં થીગડાં ગણાય. જ્યાંસુધી કોઇ વ્યાધિ સંપૂર્ણ મૂળમાંથી એટલે કે તેના કારણ સહિત નાબૂદ ન થાય ત્યાંસુધી શરીર સુધર્યું ન ગણાય. એટલે કોઇ સારા વૈદ્યની દેખરેખ નીચે ત્રણ મહિનાનો પ્રયોગ ખેંચી કાઢવો. નવું જીવન અને નવો જોમ પેદા થશે.

*

(૬૨) મહાશય કાન્ત

આપ જાણતા હશો કે કોઇએ પૂરૂં શિરનામું અમારી જાણ માટે લખ્યું ન હોય તો તેનો જવાબ આપવામાં આવતો નથી. તેમજ ગમે તેવી ગુપ્ત બાબતો અમને જણાવવામાં સંકોચ રાખવાની જરૂર નથી. હમેશાં ગુપ્ત બાબત ગુપ્ત જ રહે છે અને એવા પત્રોનો દર મહિને વિનાશ થાય છે.

*

(૬૩) શાન્તિલાલ માસ્તર–બીરપુર (રેવાકાંઠા)

એક દાંત દર્દ કરે છે. કદાચ બીજા ઉપર અસર કરે તેનો ઉપાય: દાંતના મૂળમાં સડો હોય છે ત્યારે જ એકાદ દાંત આ પ્રમાણે દર્દ

કરે છે અને થોડો વખત દર્દ કરી બંધ થાય છે. છતાંયે દાઢનો સણુકો, આંખનો ખટકો અને કાનનો સણુકો એ કેટલીક વખત એટલી અસહ્ય પીડા કરે છે કે તે દરદને જો તાત્કાલિક બંધ કરવામાં નથી આવતું તો દરદી માથું પટકે છે. નીચેના ઉપાયો સફળ થાય તેવા છે. એક નહિ તો બીજો અજમાવશો. આશાતીત લાભ થશે.

ગ્લીસરાઇન તો. ૫, એસીડ કાર્બોલીક તો. ૦ાાનું મિશ્રણ કરી, રૂનું પુમડું બોળી પોલાણવાળી, જગ્યાએ અથવા સણુકા મારતી દાઢની નીચે દબાવવું.

લવીંગના અર્કનું પુમડું એ જ પ્રમાણે દબાવવું.

ક્લોરોફોર્મનું પુમડું એ જ પ્રમાણે દબાવવું.

ક્વીનાઇન એક વાલ રૂના પોલમાં વીંટી એ પેલ દાઢની વચમાં ભરાવવો.

દર વખત પીડા કરતી દાઢના પોલાણમાં કોઇ દંતવૈદ્ય પાસે જઇ, ગટાપરચા ભરાવી દેવો. જેથી તે જગ્યાએ અનાજ ભરાઇ નહિ રહે અને પીડા થતી અટકશે.

એક તાંત્રિક સુંદર પ્રયોગ છે. પોતાની દાઢ માટે થઇ શકતો નથી. બીજાની દાઢ માટે તમે કરજો. કોઇ પણ બદલો લેશો નહિ. માત્ર કુતરાને એક રોટલો નંખાવવો.

કોઇ પણ દાઢની પીડાથી ત્રાસી ગયેલો માણસ આવે તેની પાસે ત્રણ ઇંચનો લોઢાનો ખીલો અને હથોડી મંગાવવી.

ત્યાર બાદ સફેદ કાગળના ટુકડા ઉપર નીચેનો ગુરૂગમનો મંત્ર લખવો.

'રાવણુ રાય વિશાળ કાય,
રામે હણ્યો ઇસ પર ઘાય.'

કાગળ ઉપર એવા અક્ષરથી ઉપરનાં વાકયો લખવાં કે બીજો માણસ વાંચી શકે નહિ. બાદ ગમે તે ઝાડ પાસે જઇ મંત્રનો ટુકડો ઝાડને અડકાડી, ઉપર ખીલો અડકાડી, જેની દાઢ દુ:ખતી હોય તેને

એ દાઢ મૂળમાંથી ખૂબ જોરથી પકડી રાખવા કહેવું. અને પછી હથોડીથી ખીલા ઉપર ફટકો મારવો. ખીલો ઝાડમાં ચોટવા લાગશે તેમ દરદીનો સણકો બંધ થવા લાગશે. એક ફટકા પછી દાઢ મૂકી દેવાનું કહેવું, ફરી પકડાવવી અને ખીલા ઉપર ફટકો મારવો. દર ફટકે ઉપરનો મંત્ર તમારે પણ મનમાં બોલવો અને દઢ સંકલ્પ કરવો કે દરદીની દાઢનો દુઃખાવો બંધ થવો જ જોઇએ.

એક તરફ ખીલો ઝાડમાં આખો ચોટી જશે, બીજી તરફ દરદીની અસહ્ય વેદના અને સણકો બંધ થશે. ત્રણ મિનિટમાં અપાર વેદના બંધ કરનાર તરીકે તમારી પ્રશંસા વધશે. દરરોજ તમારી પાસે લોકો દાઢ મંતરાવવા આવશે. તમે ખીલો ઝાડમાં ઠોકવાથી એનું દર્દ નાબૂદ કરશો. આ અસર તમારી પાસે ત્યાં સુધી રહેશે કે જ્યાં સુધી તમે પવિત્ર, ચારિત્રવાન, અને સંપૂર્ણ મનોબળવાળા હશો. જે દિવસે દરદી પાસેથી બદલો લીધો તે દિવસથી એ ચમત્કાર ચાલ્યો જવાનો.

એક પંજાબી સાધુ પાસેથી આ વસ્તુ પ્રાપ્ત થયેલી, અનેક વખત અજમાવેલી. તમે પણ અજમાવો.

*

(૬૪) રમણલાલ. બાં. ભટ્ટ—બીરપુર

પાગલ છોકરો છે, તેનો ઉપાય માગો છો:

આ માટે આપે કેટલીક સ્પષ્ટતા કરવી જોઇતી હતી. આવું પાગલપણું કેટલાક છોકરાને હસ્તમૈથુનથી, અત્યંત વીર્યનો ક્ષય કરી નાંખવાથી આવે છે. એટલે આપના તરફથી બહુ ટુંકી હકીકત લખાઇ આવી હોવાથી કાંઇ પણ માર્ગ બતાવી શકાતો નથી. મારા ‘રખે વહેમાતા’ પુસ્તકમાંથી પાગલના અનેક પ્રકારના દર્દીઓ અને તેની સારવારનું પ્રકરણ વાંચી લેવાથી ઘણો જ સહેલો, સસ્તો અને સાદો ઉપાય મળી રહેશે.

*

(૬૫) શ્રી. રવિકાન્ત

આપનો પત્ર મળ્યો. આપ પત્રની શરૂઆતમાં કેટલુંક મંતવ્ય રજુ કરો છો અને એ વિષે વિચાર કરતાં તે કેટલેક અંશે સત્ય જણાય છે.

બીજું 'બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને' એ મથાળા નીચે, પુછનારને હું દેશી દવાઓ બતાવું છું તેની સાથે વિલાયતી પેટંટ દવાઓ બતાવું તો સારૂં એમ આપનું માનવું છે.

પ્રથમ વાત તો એ છે કે મને દેશી વૈદકનું જેટલું જ્ઞાન છે, તેટલું વિશાળ જ્ઞાન એલોપથીનું નથી. છતાંય જે થોડું જ્ઞાન છે તે આપવા હું તૈયાર નથી. કારણ મારી હિંદનાં મનુષ્યોને દેશી વૈદક પ્રત્યે વાળવાની તીવ્ર ઇચ્છા છે અને એમ કરીને તેમનાં ધન, ધર્મ અને સ્વાવલંબન રક્ષણ કરવું છે.

બીજા આપના જાતીય વિજ્ઞાનને સ્પર્શતા સાત પ્રશ્નો છે. આપના લખવા પ્રમાણે અને ચ.નેડની દૃષ્ટિએ એમાં કદાચ બિભત્સતા લાગે ખરી, છતાંએ આવા પ્રશ્નોની, મર્યાદામાં રહીને છણાવટની અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે. તેની નોંધ આપી પ્રત્યુત્તર લખું છું:

(૧) પત્ની સાથે સંસારમાં ઝંપલાવ્યા પછી ભારોભાર શક્તિ ઘટતી જાય છે તે સ્વાભાવિક ક્રમ છે કે વ્યક્તિગત?

(૨) સ્ત્રીને સંતોષ આપવા પુરૂષથી સમાગમ માટે કોઇ વિશિષ્ટ પ્રકારનું આલિંગન આપી શકાય?

(૩) સશક્ત પુરૂષ એક રાત્રિમાં કેટલી વખત સમાગમ કરી શકે?

(૪) પુરૂષ પહેલાં સ્ત્રીરજ છુટે કે વીર્ય પછી રજસ્રાવ થાય?

(૫) સમાગમની તૃપ્તિ પછી એ જ અવસ્થામાં થોડો વખત પડી રહે તેમાં લાભ કે હાનિ?

આપના સાત પ્રશ્નો પૈકી પાંચના પ્રત્યુત્તર આપવા મને ઠીક લાગે છે. બાકી રહેલા બે જરાક વધુ પડતી જુગુપ્સા ઉશ્કેરનારા છે અને 'બહુરૂપી'ના વાચકવર્ગમાં બાળક અને યુવાન સ્ત્રીપુરૂષો છે એટલે આપણે મર્યાદા રાખવી ઘટે.

(૧) યુવાન પતિ–પત્ની મર્યાદામાં રહી સંસારસુખ ભોગવે છે તો તેમની શક્તિનો હ્રાસ અમુક અંશે થાય છે ખરો, પરંતુ શરીરનાં બીજાં અંગ ઉપાંગોની હ્રાસ–વૃદ્ધિ જેમ થયા કરે છે, તેમજ સમાગમ પછીની ખોટ પુરાઇ જાય છે. કેટલીક વખત એવું પણ જોવામાં આવ્યું છે કે અવિવાહિત અવસ્થામાં દેખાતાં નબળાં દુબળાં શરીરવાળાં સ્ત્રી પુરૂષો વિવાહિત જીવન પછી સશક્ત અને બંધાતા જતા બાંધાવાળાં બને છે, શરીર ભરાવદાર અને સશક્ત જણાય છે. પરંતુ આજના સાંસારિક જીવનમાં આવું ઓછું બને છે. તેના બદલે સંસારમાં પડયા પછી સ્ત્રી અને પુરૂષ લેવાતાં જાય છે અને પાંચ દશ વર્ષમાં તો અશક્ત બની અનેક વ્યાધિથી પીડાતાં જણાય છે. તેનું કારણ એક તો એ છે કે સંસાર શરૂ કર્યા પહેલાં વિષયી મનોમંથન સ્ત્રી પુરૂષ ભોગવી રહ્યાં હોય છે. આજના વાતાવરણમાં એ હવા એમને અવિવાહિત જીવનથી જ શરૂ થાય છે. પુરૂષોનું પ્રાથમિક જીવનમાં જે બંધારણ બંધાવું જોઇએ તે બંધાયું હોતું નથી અથવા બંધાતા જતા બાંધાનો એ કૃત્રિમ મિથ્યા આનંદમાં હ્રાસ કરતો રહે છે. પછી પડે છે સંસારમાં, અને એ સંસારમાં પડયા પછી હદ વટાવીને વિષયસેવન આદરે છે. એને લઇને થોડા કાળમાં શક્તિનો સંચય ગુમાવી દેવાળું કાઢે છે. આ પ્રથા બધાને એક સરખી લાગુ થતી નથી. શરીરનું બંધારણ તેની માનસિક સ્થિતિ અને રહેણી કરણી ઉપર પણ આધાર રાખે છે.

એક વાત તદ્દન સ્પષ્ટ છે કે એક લાખ રૂપીયાની કેપીટલવાળો ગૃહસ્થ તદ્દન બેફામ બની મીલકત ઉડાવવા લાગે અને બીજી તરફ આવકનાં દ્વાર બંધ હોય તો તે વહેલું દેવાળું કાઢે છે.

જ્યારે એથી થોડી મીલકત હોવા છતાં વાજબી રીતે તે ખરચતો હોય, બીજી તરફ આવકનાં સાધનો ખુલ્લાં હોય, તો તેને દેવાળું કાઢવાનો વખત આવતો નથી. કહેવાનો આશય એ છે કે સંસાર-સમાગમમાં શક્તિ ખુટતી નથી પણ પોતે ખુટાડે છે અને બેલગામ બનનાર વહેલો નાલાયક બને છે એ દીવા જેવું ખુલ્લું સત્ય છે.

(૨) સ્ત્રીસમાગમમાં પત્નીને આનંદ આપવા વિશિષ્ટ પ્રકારનાં આલિંગન આપી શકાય? આ એક કોકશાસ્ત્રને નામે પ્રચલિત થયેલી કુપ્રથા છે. એ આસનો અને આલિંગનોના નામે સમાજના યુવાન માનસમાં જ્ઞાનસંચારને બદલે કુચેષ્ટાઓ અને જીન્સીની જુગુપ્સા પેદા કરે છે. પ્રચલિત આસનની સમાનતા જેટલી વાજબી અને હિતકર છે, તેટલાં જ વિરૂદ્ધ આસનો પુરતાં હાનિકર જોયાં છે. વિષમ આસનોથી પુરૂષને ખાસ નુકસાન થતું નથી પરંતુ સ્ત્રીને એવાં વિરૂદ્ધ આસનોથી ભયંકર બિમારી ભોગવતી જોઇ છે.

મારી ચિકિત્સામાં હમણાં એક યુવાન જોડું આવેલું. તેમાં સ્ત્રીના ગર્ભાશયનું કમળ બિલકુલ પોતાના સ્થાનથી ઉલટું થઇ ગયેલું જણાયું. તપાસ કરતાં સમજાયું કે એ લોકો વિશિષ્ટ આનંદપ્રાપ્તિની ખાતર અને ખરી રીતે કહીએ તો પુરૂષને ખુશ કરવાની ખાતર, મનુષ્ય મટી પશુની જેમ અધોમુખ પત્ની બનાવી સમાગમ કરવામાં આવતો. થોડો વખત તો તેથી તેમને કોઈ ગેરલાભ થયેલો ન જણાયો. પણ જ્યારે પેઢાનો સખત દુઃખાવો ઉપડયો ત્યારે મારી પાસે આવેલાં. તેમની મુર્ખાઇ ઉપર થોડો મીઠો ઠપકો આપ્યા પછી તેની સારવાર શરૂ કરી, દર્દ નાબૂદ થયું ખરૂં. ગુપ્ત ભાગમાં રીંગ પહેરાવી સરખાઇ લાવવા પ્રયાસ કર્યા છે, પણ પ્રજોત્પત્તિ માટે એ બાઇ તદ્દન નાલાયક બની ગઇ છે.

સ્ત્રી પુરૂષ સમાન હોય છે, પુરાં સશક્ત હોય છે અને એક-બીજાને પ્રેમથી ચહાતાં હોય છે તો પછી વચમાં કોઇ આસનોની ડખલની જરૂર નથી. આસનોની પ્રથા કોકશાસ્ત્રે એટલા માટે શરૂ

કરી હશે કે શરીરના બંધારણમાં ઘણી વિષમતા હોય, અર્થાત પુરૂષ તદ્દન નાજુક અને ટુંકા કદનો હોય, સ્ત્રી બલીષ્ટ અને પુષ્ટ બાંધાની હોય, અથવા તેથી ઉલટું હોય, ત્યારે કેટલાક આસનો એવાં બતાવ્યાં છે કે જેથી કામતૃપ્તિ જલદી અનુભવાય. પરંતુ આ એક હેતુપુરઃસરનું જ્ઞાન વ્યક્તિગત છે, સમાજગત કે સર્વને માટે નથી.

(૩) એક રાત્રિમાં કેટલી વખત સમાગમ કરી શકાય?

એક રાત્રિમાં નહિ, એક મહિનામાં માત્ર એક વખત ઋતુસ્નાન પછી પુત્રપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ સમાગમ કરવાની શાસ્ત્રાજ્ઞા પડઘમ બજાવીને પોકારે છે.

અને મનુષ્ય તરીકે પ્રતિભાશાળી, તેજસ્વી અને દીર્ઘજીવી તંદુરસ્ત જીવન ગાળી, સુખપૂર્વક જીવવું હોય તેને આ આજ્ઞાનું અક્ષરશઃ પાલન કરવાનું ફરમાન છે. અત્યારના વાતાવરણ પ્રમાણે એ ન જ પાળી શકાય તો મહિનામાં ચાર વખત. એક અઠવાડિયાનો ગાળો તો અવસ્ય જોઇએ જ. એ કરતાંય ટુંકો વખત રાખે, અને ત્યાંથી હઠીને દરરોજ રાત્રિએ સમાગમ સેવે, અને વળી એક રાત્રિમાં કેટલી વખત—એ પૂછનારને!

એનો પ્રત્યુત્તર એક જ કે કરાલ દાઢવાળા મૃત્યુના મુખમાં ધકેલાય ત્યાંસુધી અને તેટલી વખત!

એવી વૃત્તિવાળાને મનુષ્ય ન કહેવાય તેમ જ પશુ પણ ન જ કહેવાય. પશુઓ તો બહુ જ મર્યાદિત વિષયસંગ કરનારાં છે.

એક રાત્રિમાં અનેક વખત વિષયસંગ કરનાર માટે નપુંસકતા, ક્ષય, અકાળ મૃત્યુ (હાર્ટફેલ) જ નિર્માણ થયેલાં છેઃ તો એ ત્રણે પરિણામોને સામે રાખીને જ કામાંધ બનવું!

(૪) સમાગમમાં પ્રથમ સ્ત્રીને સ્ખલન અથવા કામતૃપ્તિની પરાકાષ્ટા પ્રાપ્ત થવી જોઇએ. જો એમ નથી બનતું તો સ્ત્રીઓના જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર વિરૂદ્ધ અસર નીપજે છે અને હીસ્ટીરીયા જેવા રોગો પેદા થાય છે.

(૫) સમાગમ પછીની પરાકાષ્ટા બાદ એ જ અવસ્થામાં વધુ વખત રહેવાની જરૂર નથી. પણ કેટલાક કલાક સહશયન રહેવાથી ઉભય પક્ષમાં જેને અસંતોષ રહી ગયો હોય છે તેને તેથી સંતોષ અનુભવાય છે.

*

(૬૬) દુઃખી સેવક ગુલામ

આપની બહેનને ગાવાનો શોખ છે, પરંતુ કુદરતે તેને ગળું નથી આપ્યું, એના કંઠમાં મધુરતા આવે, ગાયનની કળા ખીલે એવો ઉપાય માંગો છો.

ભાઈ! શોખ એ એક જુદી વસ્તુ છે, ઇશ્વરી બક્ષિસ એ જુદી વસ્તુ છે. ગાનારને ગાવાનો શોખ હોય તેને માટે શિક્ષણ આપવામાં આવે, પણ કુદરતી બક્ષિસનો જો સુમેળ સધાતો નથી તો તેનાથી બહુ આગળ વધી શકાતું નથી. અનેક કળાઓમાં આઠ કળાને 'આપબળ' જોઇએ છે, અને પછી બહારનું શિક્ષણ તેને મદદ કરે છે. આઠ કળાની વ્યાખ્યા ચારણી ભાષામાં આ પ્રમાણે જણાવી છેઃ

'રાગાં, પાઘાં ને પારખાં નાડી ને વળી ન્યાય,
તરવું, તાંતરવું, તસ્કરવું એ આઠે આપકળાય.'

અર્થાત રાગ ગાવો, પાઘડી બાંધવી, મનુષ્યપરીક્ષા, નાડી જોવી, ન્યાય આપવો, જળમાં તરવું, આડા ફરી લૂટવું, ચોરી કરવી એ આઠે આપકળા છે.

છતાં બહેન માટે નીચેની ગોળી મોઢામાં રાખવા આપશો. તેલ, મરચાં, આમલી, અથાણાં, ચટણી, પાપડ વગેરે બંધ કરાવશો. જરૂર ગળામાં મીઠાશ અને કોમળતા આવશે.

બાદીયાન તો. ૧, કાથો તો. ૧, મરી તો. ૦।।, એલચી તો, ૧, ઇલમીટનાં ફુલ તો. ૧, સાકર તો. ૨।।, આંબળાં તો. ૧, ખેરસાર

લો. ૧, લવીંગ તો. ગા, એ સર્વ બારીક ખાંડી અંદર નાગરવેલના પાનનો રસ તો. ૨ નાંખી, બીજું જરૂર પુરતું પાણી નાંખી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી મોઢામાં રાખી રસ ચુસવો. જરૂર કંઠ સરસ બનશે.

બહેનના વાળ વધવા માટે પુછો છો. એ વિષયમાં 'પુત્રદા અને પારણું' નામક મારા ગ્રંથમાં કેશગુંથન અને વેણીબંધનનાં પ્રકરણો વાંચી જુવો. તેમાં વાળ માટે બહુજ ઉમદા તેલોની અને વાલ ધોવાની બનાવટ બતાવી છે. તે પ્રમાણે કરશો તો વાળ મનમાન્યા વધશે.

*

(૬૭) લાલજી માવજી—જેતપુર

પેચોટી—આંબોઇ પેટમાં ખસી જાય છે, તેને માટે શો ઇલાજ લેવો એ બાબત પુછો છો.

પેચોટી જેવો કોઇ અવયવ પેટમાં નથી. મારા માનવા પ્રમાણે નાનાં આંતરડાંની આંટીઓનો એક જથ્થો દુંટી નીચે રહે છે તેને ઘણું કરી પેગોટી કહેવામાં આવે છે.

પગ ખસી જવાથી અથવા જોરદાર વજન ઉંચકવાથી આ આંતરડાંની ઘડી આઘી પાછી ખસી જવા પામે છે અને તેથી કેટલાકને ઝાડા, ઉલટી, દુઃખાવો કે ચુંટપુંટ થાય છે—પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીઓને આમ વધુ બને છે.

એમાં કેટલીક વખત આંતરડાં ખસવાથી અથવા કેટલીક વખત ગર્ભાશય ખસી જવાથી દર્દ થાય છે. સ્ત્રીઓમાં પેચોટી ચોળાવીને આ દર્દને ઠેકાણે લાવવાનો રીવાજ છે. ગામડામાં તો કેટલીક સ્ત્રીઓ પેચોટી ચોળવાનું ખાસ જાણતી હોય છે; અને તેલ લઇને પેચોટી ચોળે છે તેથી ઠેકાણે આવે છે અને દર્દ નાબુદ થાય છે.

પરંતુ બને છે એવું કે આવી રીતે ચોળાવવાથી ટેવ પડી જાય છે અને ઘડીએ ઘડીએ તે ખસે છે તથા ચોળાવે છે. એ કરતાં નીચેના ઉપચારો વધુ સારા છે:

(૧) એક તોલો ગોળ અને ૦ા તોલો સુંઠ મેળવી ગોળી બનાવી ખાવી.

(૨) સુવાદાણા તોલો ૦ાા થી ૧ ચાવ્યા વગર પાણી સાથે દિવસમાં ૨ વખત ગળવા.

(૩) એક તોલો સુવા, અરધો તોલો અજમો, પા તોલો સંચળ તેની ફાકી બનાવી, અરધા ભાર જરા ગરમ પાણી સાથે લેવી.

(૪) કપિંગ ગ્લાસ અથવા સાધારણ કાચના ગ્લાસને અંદર સ્પીરીટ લગાડી દીવાસળીથી ભડકો કરવો. ઓલાઇ જાય એટલે તુરત તેને દુંટી ઉપર ઉંધો મૂકી દેવો, જેથી ગ્લાસ ચોટી જઇ ચામડી ખેંચાવા લાગશે અને ફકાની માફક પ્યાલાની અંદર ચામડીનો ભાગ ઉપસેલો જણાશે. દશ પંદર મીનીટ પછી ધીમેથી એક તરફથી ચામડી ખેંચી અંદરની હવા બહાર કાઢી પ્યાલો લઇ લેવો. દિવસમાં આવી રીતે બે વખત કરવાથી પેચોટી ઠેકાણે આવશે. પ્યાલો સખત ધારવાળો ન લેવો. તેની સાથે સ્પીરીટ નાંખી બળતું થાય અને ઓલવાયા પછી સ્પીરીટ પ્યાલામાં બાકી ન રહે તેની પણ કાળજી રાખવી.

*

(૬૮) જગજીવનભાઇ–મુંબઈ

આપ અભ્યાસ કરો છો અને આંખોની ફરીયાદ માટે રસ્તો માગો છો:

આંખોની રોશની જન્મથી કુદરતે કોઇને ખરાબ આપી નથી. બીજાં શરીરનાં અંગોપાંગ જેમ શક્તિશાળી હોય છે તેમ આંખો

પણ અંધારણુથી જ પૂર્ણ હોય છે. હા, કેટલાક જન્મથી અંધ કે શુંચળા હોય તેને બાજુ ઉપર રાખીએ તો આંખો શરીરના બંધારણ સાથે સ્વચ્છ અને નિર્મળ હોય છે. પરંતુ જન્મ પછી આંખો બગડે છે. અતિ તીવ્ર ખોરાકો, વધુ વાચન અને આજના વીજળીના પ્રકાશે આંખોની તાકાત હરી લીધી છે.

મારા ખ્યાલમાં છે કે આજથી પચાસ વર્ષ પહેલાં જ્યારે આટલો વીજળીની બત્તીનો વપરાશ નહોતો, કેરોસીને વધુ પ્રચાર નહોતો કર્યો અને ઘરમાં દીવાબત્તીઓ એરંડીયા તેલથી થતી ત્યારે લોકોને આટલાં ચશ્માં પહેરવાં નહોતાં પડતાં, આંખના મોતીયા દરેક માણસને નહોતાં આવતાં; જ્યારે આજે જુઓ તો આંખોની ઇસ્પીતાલો ઉભરાઇ ચાલી છે.

હજુ તો જીંદગીના બે દશકા પૂરા થયા ન હોય તેવાં બાળક-બાળકીઓની આંખ ઉપર ચશ્માં આવેલાં જોઇ મને ખેદ થાય છે. પરંતુ એ બાળક બાળકીઓનો અપરાધ હોય એમ મને નથી લાગતું. આજના તામસી ખોરાકો, વધુ પાવરની બત્તીઓ, અભ્યાસકાળમાં વાચનનો બોજો અને એને કારણે રાત્રિમાં કલાકોના કલાક વાંચવું પડતું હોવાથી, આંખની તાકાત ધીમે ધીમે ઓછી થતી જાય છે. તેની સાથે આંખને પોષણ આપે તેવા દુધ, મલાઇ, માખણ, બદામ, વગેરે પૌષ્ટિક પદાર્થોનો અભાવ હોય છે. નબળી પડતી આંખને સતેજ બનાવવા પછી ચશ્માના ડાકટરનો અભિપ્રાય લેવાય છે અને એ બિચારા પરોપકારી મહાશયો પોતાની દુકાનેથી પાછો કોઇને વાળતા જ નથી! સાચી સલાહ આપે, ચશ્માની અનાવશ્યકતા સૂચવે, આંખની સારવાર અને થોડીક સંભાળ રાખવા કહે, તો તો પછી એમને દુકાને ખંભાતી તાળું જ લગાવવાનું પડે ને! એટલે ચશ્મા લેવા આવનારને સાચો રાહ શાનો બતાવે?

આપે રાત્રે વાંચવાનું છોડી દેવું. જરૂર જણાય તો એરંડીયા તેલનો દીવો કરીને વાંચવું, સીનેમા જોવા કદિ જવું નહિ, વધુ પ્રકાશની

બત્તીઓમાં બેસવું નહિ અને નીચેની દવા ખાવી, તેમ જ બીજી દવા આંખમાં નાંખવી. જરૂર લાભ થશે.

લોહભસ્મ તો. ૦ાા, આંબળાં તો. ૨ાા, ગુલકંદ તો. ૧૫, હરડે તો. ૨ાા, એલચી તો. ૧, જેઠીમધ તો. ૧, પ્રવાલભસ્મ તો. ૦ાા.

બધું સાથે મેળવી, સવાર સાંજ સવા સવા તોલો લઇને પાણી સાથે ખાવું.

ગુલાબજળ સાચું, સારૂં અને ઉંચી જાતનું તો. ૨ાા, બોરીક એસીડ ગ્રેન ૧૫, ઝીંક સલ્ફ ગ્રેન ૨.

ત્રણે સાથે મેળવી વાદળી રંગની બાટલીમાં રાખી મૂકો. સવાર સાંજ બબે ટીપાં આંખમાં દરરોજ નાંખો અને બે મહિના ચાલુ રાખો.

લીલી હરીયાળી જમીનનું નિરીક્ષણ કરતા રહો. રાત્રે ચાંદની ખીલેલી હોય ત્યારે અરધો માઇલ ફરવા જાઓ. લાલ અને પીળા રંગના પદાર્થો ઉપર વધુ વખત નજર ન ફેરવો. આથી આંખ ઉપર અજબ જેવો ફેરફાર થશે અને રોશની વધશે.

*

(૬૯) એચ બરડાઇ–મબાલે (યુગાન્ડા)

આપ અને આપનું મિત્ર મંડળ ' બહુરૂપી ' માંના મારા લેખો રસપૂર્વક વાંચો છો અને પ્રશંસા કરો છો તે માટે મારે અને 'બહુરૂપી' એ ખુશ થવા જેવું ખરૂં. આપના પ્રશ્નોનો ઉત્તર નીચે છેઃ

ઉઠતી વખતે માથું દુઃખે છેઃ આગળના દિવસના તમારા વ્યવસાયના કારણે મગજ ખુબ કંટાળી ગયું હોય તો જ ઉઠતી વખતે માથું દુઃખે, અથવા રાત્રિએ જોઇએ તેવી સરસ મીઠી ઉંઘ ન આવી હોય તો પણ આમ બને. ત્રીજું કારણ આધાશીશી હોય તો પણ ઉઠતાંની સાથે અરધા મસ્તકમાં અને ઘણું કરીને ભ્રુકુટીના એક

છેડાથી માંડી અરધો ભાગ દુ:ખવા લાગે. દિવસ ચઢતો જાય તેમ વધે, દિવસ નમતો જાય તેમ ઘટે અને રાત્રિ પડતાં બીલકુલ સ્વસ્થતા ચાલી જાય. પહેલાં બે કારણો તમને જણાતાં હોય તો તેનો ઉપાય તમારા હાથમાં છે. વ્યવસાય ઘટાડો અને બોજો ઓછો કરો. એટલે રાત્રે નિદ્રા બરાબર આવશે અને મગજ થકાવટ નહિ અનુભવે.

આધાશીશી જેવું લાગતું હોય તો સવારમાં પથારીમાંથી જાગતાંની સાથે માત્ર બે ત્રણ કોગળા પાણીના કરી તુરત સુતાં સુતાં પાંચ તોલા ગોળ ખાઇ જાઓ. ગોળ ન ભાવે તો ગરમ જલેબી, અને જલેબી ન મળે તો થોડોક સાકરનો શીરો. જે દિવસે સવારના જાગતાંની સાથે આ ત્રણ પદાર્થમાંથી એકાદ ખાવાનું શરૂ કરશો તે દિવસથી માથાનો દુ:ખાવો દૂર થશે.

બીજો પ્રશ્ન શ્વાસ–દમનો છે: આ દર્દ અનેક કારણોથી થાય છે. એટલે આ વ્યાધિનું તો આપે ચોક્કસ નિદાન કરાવી. અનુભવી, વિદ્વાન વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે દવા લેવી. છુટાછવાયા ઉપાયથી લાભ થવા સંભવ નથી.

દુધ અને છાશ કયારે કયારે લેવી ?–એક શ્લોક મજેનો છે.

रात्र्यान्ते पीबेत् दुग्धं, दिवसान्ते पीबेत पयः
भोजनान्ते पीबेत् तक्रं न वैद्यस्य प्रयोजनम्

અર્થાત સૂર્યોદય એટલે સવારે દુધ પીવું. રાત્રે સુતી વખતે પણ દુધ પીવું, અને જમ્યા પછી છાશ લેનારને વૈદ્યની જરૂર પડતી નથી.

પિત્તની ઋતુ ભાદરવો–આશો એ બે મહિના છોડીને દહીં પણ લઇ શકાય. પરંતુ કફ પ્રકૃતિવાળાને અને દમના દરદીને દહીં વિરૂદ્ધ પડે છે એ પણ ખ્યાલમાં રાખવા જેવી બાબત છે.

*

(૭૦) રતિલાલ માણેકલાલ પાનવાલા–ધરમપુર

માથામાં ચોટલીની પાસે આપને બાલ ખરી જઈ ચકામાં પડયાં છે તેને માટે ઉપાય માગો છો:

હાથી દાંતનો વહેર તો. ૧૦ આંબળાં તો. ૧૦.

બન્નેને બારીક ખાંડી ખરલમાં નાંખો. ભાંગરાનો રસ દરરોજ તો. ૧૦ નાંખતા જાઓ અને ઘુંટતા જાઓ. દશ દિવસ સુધી રોજ દશ દશ તોલા નાંખી, સુકાય ત્યાં સુધી ઘુંટી, છેવટ કપુર તો. ૧ નાંખી સોગઠી બનાવો, દરરોજ તેને ઘસી વાળ ખરીને પડેલી તાલ ઉપર લગાવી બાર કલાક રહેવા દેવું. અને બાર કલાક પછી ધોઇ નાંખી બીજા બાર કલાક ખુલ્લું રાખવું. એકાદ મહિનો ઉપયોગ કરવાથી ખરતા વાળ અટકશે અને પડેલી તાલની જગ્યાએ વાળ આવશે.

*

(૭૧) એમ. એસ. દેસાઇ–નડીયાદ

આપનાં પત્નીને સગર્ભાવસ્થા છે. ખોરાક લેતાંની સાથે ઉલટી થઇ જાય છે. એનો ઉપાય માગો છો:

ભાઇ! હમેલ રહ્યા પછી ઘણીખરી સ્ત્રીઓને આમ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં થાય જ છે. સ્ત્રીઓ તેને 'હેળ' કહે છે અને ગર્ભ રહ્યા પછી ઘણું કરી પાંચ મહિના સુધી આમ થાય છે.

એ હેળને માટે એટલે ઉલટી થઇ જવા માટે અથવા જીવ મીંચકાવા માટે અનુભવી સારવાર સિવાય વૈદ્ય ડાકટરો પાસે કોઇ ખાસ ઉપાય નથી. જો કે ઘરની વૃદ્ધા સ્ત્રીઓ કાંઇક ઉપચાર કરે છે ખરી, પણ ક્યારેક જ આવા ઉપચારો માફક આવે છે.

દશેક વર્ષથી હેળના ઉપચાર માટે મને ખૂબ વિચારણા થતી હતી. શેાધખેાળ અને પ્રયત્ન પછી એક ઉપચાર–ઉપાય સરસ અને સફળ હાથ લાગ્યેા છે. આજસુધી એને ગુપ્ત રાખ્યેા છે. તે એટલે સુધી કે મારા દવાખાનાના ઉપવૈદ્યને પણ નહિ કહેતાં આવા દરદી-એાને એ દવા હું જાતે જ બનાવી આપું છું. તે એટલા માટે નહિ કે મારી શેાધખેાળનેા ઉપાય કેાઇ જાણી જાય તેા મારી આવક એાછી થાય. માત્ર એ ઉપાય એવેા છે કે જાણનાર જાણ્યા પછી તેને નકામેા ગણી કાઢે અથવા પેાતાની બુદ્ધિથી ઘેડ બેસાડી દે કે આ દવા ગર્ભવાળી સ્ત્રીને અપાય જ નહિ, એથી સેાજા ચડી જાય તેા!

હવે એ ઉપાય બતાવું છું. સેંકડેા સ્ત્રીએાને તે આપ્યેા છે. કેાઇ પણ જાતની વગર ચિંતાએ આપવાની હું ભલામણ કરૂં છું. બેફી-કર રહી સગર્ભાને આપવેા અને એનું દુઃખ ટાળી આશીર્વાદ લેવેા.

ખાટા લીંબુનેા રસ અરધી રૂડાસનેા એક ગ્લાસ પાણીમાં નીચેાવી, દિવસમાં ત્રણ વખત આપવેા. બને તેા ગર્ભિણી સ્ત્રીને નહિ જણા-વતાં બાટલીમાં લીંબુનું પાણી બનાવીને જ દવા તરીકે આપવું. હું પણ એમ જ કરૂં છું. જરીક મીઠું અંદર નાંખવામાં આવે તેા કશેા વાંધેા નથી પણ માત્ર બે દિવસ આપવાથી અસર થાય છે અને પંદર દિવસ ચાલુ રાખવાથી, હેળ–ઉલટી આવવી, ખેારાક નહિ પચવેા અને ખેારાકનેા અભાવેા–સુગ, આ બધું બંધ થઇ જશે. એથી શરીર સરસ થાય છે. આ ઉપાયથી ગર્ભને કેાઇ પ્રકારનું નુકસાન નથી થતું તેમ જ ગર્ભિણીની શારીરિક તંદુરસ્તીને કેાઇ ખલેલ નથી આવતી.

આ ઉપાય માટે ખાલી ટીકા કે આપબુદ્ધિ લડાવવાની જરૂર નથી. મારી બુદ્ધિએ ચાલશેા તેા સુખી થશેા.

*

(૭૨) સુરેંદ્ર રાવળ–વડોદરા

પ્રિય ભાઇ! આપનો પત્ર મળ્યો અને પ્રશ્ન પણ વાંચ્યો. આપના મંતવ્ય ઉપરથી આપ ચલિત થવા માગતા નથી, પછી મારા અભિપ્રાયની જરૂર શી?

કારણ કે 'ધણીને સુજે ઢાંકણીમાં એ પાડોશીને આયનામાં એ નહિ.' એ કહેવત છે. એટલે આપ માનતા હો અને નિર્ણય કર્યો હોય એ આપને ભલે મુબારક હો. પણ મારો અભિપ્રાય જરીક જુદો પડે છે એ હું જણાવું છું. ખોટું લાગે તો માફ કરશો.

પ્રથમ આપનું જણાવવાનું છે કે આપને લગ્ન કરવાં છે. વાલીઓએ નિર્ણિત કરી રાખેલી ભાવી પત્ની એ લોકોના મત પ્રમાણે આપને માટે સંપૂર્ણ લાયક છે. આપ પણ કબૂલ કરો છો કે એ સદ્‌ગુણી છે, પ્રેમાળ છે અને તમને મેળવવા માટે એ પોતાને ભાગ્યશાળી માને છે. છતાં એનામાં તમને એ ખોડ લાગે છે કે તેની શરીરની ચામડી અત્યંત ગોરી નથી–ઘઉંવર્ણી છે. બીજું એ આજની કેળવાયેલી છોકરીઓ અને છુટ લેતી પાશ્ચાત્ય સંસ્કારે રંગાયેલી કુમારિકાઓની જેમ બધાંની સાથે હળતી મળતી નથી, એટલે એ આપના જીવનમાં કેમ રસ પૂરી શકશે, એની આપને શંકા છે. એથી આપ વડીલો સાથે ઝગડીને પણ એ બંધનથી છુટા થવા માગો છો અને એ પહેલાં તે વિષે મારો અભિપ્રાય ઇચ્છો છો. આપ આપના સર્વ હિતસ્વી કરતાં મારા ઉપર વધુ ભરોંસો અને વિશ્વાસ રાખો છો તેમ જ હું જે માર્ગ બતાવું તે તરફ વળવા ઇચ્છા ધરાવો છો, એ માટે આભાર.

પ્રથમ તો હું આપને એમ પૂછું છું કે આપે આપનો ચહેરો બરાબર આયનો સામે રાખીને જોયો છે? હું મજાક નથી કરતો હો, બિરાદર! હું એ કહેવા માગું છું કે આપની ભાવી પત્ની કરતાં આપ કેટલા દરજ્જે વધારે રૂપાળા છો તેનો તો પ્રથમ હૃદય ઉપર

હાથ રાખી નિર્ણય કરો. 'હબસીના છોકરા' જેવો નિર્ણય ન કરશો. તટસ્થ દષ્ટિથી તમે તમને જોજો. તો જ ખરો નિર્ણય કરી શકશો. જેમ તમે પત્નીની ચામડીની ઉજ્જવળતા, આ અને તે-બધું બરાબર તમારા આત્માની પ્રસન્નતાની ખાતર કરવા-માગવા-ચાહો છો તેમ તમારી ભાવી પત્ની પણ ચાહે તો ?

તો જેમ તમે તમારે લાયક એને નથી સ્વીકારતા તેમ એને લાયક તમને કદાચ તે ન સ્વીકારે એવું પણ બની શકે.

આજનો યુવાન ઉપલક સ્વરૂપ અને સુંદરતાનો પૂજક બનીને એક એવી કલુષિત સરિતામાં વહન કરી રહ્યો છે કે તેનું જીવન-નાવ સમતુલનાએ ચાલી શકતું નથી.

બહુ જ સ્વરૂપાન સ્ત્રી સંબંધમાં એક વિદ્વાને રૂપક દોર્યું છે:

'ऋणकर्ता पिता शत्रु, माता च व्यभिचारिणी,
भार्या रूपवती शत्रु, पुत्र शत्रुरपंडितः'

આવું મંતવ્ય રજુ કરનાર-શ્લોક લખનારને ઘડીભર તમે પાગલ માની લ્યો, અને તમારાથી અત્યંત સ્વરૂપવાન સ્ત્રીને તમે પસંદ કરી પરણો. પરણનાર સ્ત્રીને તમારા સ્વરૂપ બાબતની અંતઃકરણના ઉંડા ઉંડા સ્થાનમાં ઉણપ લાગે અને જે દિવસે એનો માનસિક પલટો થાય તે દિવસે શું નિપજે...તેનો વિચાર હું તમને જ સોંપું છું.

હું તો તમને સીધી સલાહ આપું છું કે તમારે મુકરર કરેલી પત્ની સાથે પરણવું. હું નિશ્ચયપૂર્વક જણાવું છું કે ગોરી ચામડી કરતાં લાલ ચામડીમાં સહૃદયતા વધારે હોય છે. તેની સાથે તે રોગીષ્ટ ઓછી બને છે. તેનાં અંગ-પ્રત્યાંગો વધારે સુઘટિત અને સુડોળ તથા વધારે મજબુત હોય છે, અને તેનાંમાં પ્રેમોર્મિની પાંખડીઓ વધુ ખીલેલી હોય છે. એટલે એ તમારા જીવનમાં એવી સરસ સુવાસ ભરશે કે તમે મસ્ત બનશો.

*

(૭૩) નિજાનંદી–ભાવનગર

આપનો પત્ર મળ્યો. મહાત્માઓના ચમત્કાર સંબંધી કેટલીક સ્પષ્ટતા કરી, આપના કેટલાક અનુભવ લખી, મારૂં મંતવ્ય એ દિશામાં શું છે એ આપ પુછાવો છો.

ઇશ્વરપરાયણ થયેલા સત્પુરૂષ પોતાનું જીવન લોકકલ્યાણ માટે ગાળતા હોય છે. માત્ર મનુષ્યોનાં આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક અને આધિદૈવિક દુઃખોને દૂર કરવા કોઇ વખત આશીર્વાદ આપે છે. જો તે ખરેખર મહાન આત્મા હોય છે તો તેમની આશીશનો પડઘો પડે છે ખરો. પરંતુ તેઓ જે કાંઇ કરે છે તેમાં સ્વાર્થની લવલેશ ગંધ હોતી નથી; તેમજ પોતાનું પ્રભુત્વ દેખાડવા માટે એ કાંઇ પણ કરતા નથી. માત્ર, 'પરોપકારાય સનાં વિભૂતયઃ' સત્પુરૂષની વિભુતિ પરોપકાર અર્થે જ હોય છે.

આજે મહાત્માઓના નામે, ચમત્કારના નામે સેંકડે નવાણુ ટકા માત્ર ઠગાઇ ચાલે છે. શ્રદ્ધાળુ ધર્મઘેલા અને વિશ્વાસુ માનવીઓ એ કહેવાતા મહાત્માઓની ચાલબાજીમાં ફસાઇ પડે છે, અને પોનાના ધનનો, ધર્મનો, તથા કેટલીક વાર પત્ની અને પુત્રીનો ભોગ નહિ તો તેમની ભ્રષ્ટતા તો જરૂર વહોરે છે.

દંભી આડંબર, વાચાળશક્તિ, અને આવનારને આંજી નાંખવાને જોઇતાં કળાકૌશલ્યથી આવા ઠગો પુજાય છે, પંકાય છે અને પારકા માલમલીદાથી મોજ માણે છે! કેટલાક અજ્ઞાન અને સ્વાર્થી લોકો ધનપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ, પુત્રપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ અને વશિકરણ, મોહન કે શત્રુ ઉપર વેર વાળવાની ખાતર આવા મહાત્માના ચમત્કારો અને વિદ્યાઓ તરફ આકર્ષાય છે. પરિણામ એ આવે છે કે પોતે ઠગાય છે અને પોતાની મુર્ખાઇ ઉપર લોકો હસે નહિ એ માટે પોતે ઠગાયા છે એ વાતને છુપાવી રાખે છે.

ધર્મના નામે, કીમીયાના નામે, ગુરૂપદાના નામે આજે હિંદની ધર્મઘેલી પ્રજા જેવી લુંટાઇ રહી છે, છેતરાઇ રહી છે તેવી કોઇ પણ કારણથી છેતરાતી નહિ હોય.

દશેક વરસ ઉપરની વાત છે. શ્રાવણ મહિનાનો દિવસ હતો. ચાતુર્માસના વિશિષ્ટ વૃત્તનિયમો સ્ત્રી પુરૂષો આચરી રહ્યાં હતાં. સરિતા અને સરોવરો જળથી છલોછલ ભરાયાં હતાં. તેવા પ્રસંગે એક પાંચ હજારની વસ્તીવાળા—ન ગામડું કહી શકાય, ન શહેર કહી શકાય—ગામમાં, જે ગામ વઢવાણ અને વિરમગામની વચમાં આવેલું છે, ત્યાં મહેમાનગતિએ જવાનો મને સુયોગ પ્રાપ્ત થયેલો.

મારા સ્નેહીઓનો ઘણા દિવસથી આગ્રહ હતો કે મારે જરૂરાજરૂર એક આંટો આવવું. અને સાચા સ્નેહી તરફની મહેમાનગતિ એ પણ એક અનેરી મોજ છે. ન કામ કરવું પડે ન કાજ. ખાટલેથી પાટલે અને પાટલેથી ખાટલે. ખમા ખમા થાય. રોજ રોજ નવી નવી વાનીઓ અને નવો નવો સત્કાર, ચહાપાર્ટીઓ અને ગ્રામ્યસંગીતના જલસાથી રીઢું બનેલું દિલ કેમે કર્યું રોકયું રહ્યું નહિ અને અઠવાડિયા માટે મહેમાનગતિ માણવા એ ગામમાં હું જઇ ચઢયો.

થોડીક સંગીતની આવડત, વાતુડીયો સ્વભાવ, વૈદકનો ધંધો, એટલે એકાદ બે દિવસમાં તો અનેક ભાઇઓ સાથે મીઠી મિત્રતા થઇ ગઇ. રાત્રિના બાર વાગે તોય અમારી મંડળી વિખુટી થાય નહિ. ન સુવે, ન સુવા દે.

મંડળીમાં એક સોની ભાઇ દરરોજ આવે. એક આંખે જરા અખમ થયેલા. માત્ર એક આંખ જ તેમની કામ કરે. વૈષ્ણવધર્મ પાળે. સવારના સાતથી તે રાત્રિના દશ વાગે પણ જુઓ તો લાલ હિંગળોક જેવું કપાળમાં ઉભું તીલક ઝગારા મારી રહ્યું હોય. પણ એક જ આંખ હતી એથી શું ? બડા બુદ્ધિમાન, બડા ચાલાક અને એટલા જ એ લુચ્ચા તથા ખંધા પણ ખરા !

એમનું નામ પાનાચંદભાઇ. ગામમાં કોઇ સાધુ, સંત, મહાત્મા કિંવા મુનિ આવ્યા કે પાનાચંદભાઇ પહેલા પહોંચે. બાપજી–બાપજી કરીને સીધા પગમાં પડે, એકાદ દિવસનું ભોજન બાપજીને આગ્રહ કરી ધરે, એકાદ દિવસ સેવા કરે અને બાપજીના પેટમાં પેસી પગ લાંબા કરે. એમના પાણીનું માપ કાઢી પછી એવા છુ થઇ જાય કે પાનાચંદ જાણે ગામમાંય રહેતા નથી!

પાનાચંદ બે દિવસ તો મારી સાથે ચર્ચામાં ન ઉતર્યા પણ પછી એમનાથી રહેવાયું નહિ અને પડખામાં ભરાયા. એમણે શરૂઆત કરી:

'ભાઇ! સંત મહાત્માઓના ચમત્કાર વિષે તમે શું માનો છો?'

મેં કહ્યું: 'ભાઇ! મંતવ્ય એ એક જુદી વસ્તુ છે અને સત્ય એ તેથી નિરાળું છે. આપણા મંતવ્યને સત્ય તો ન કહી શકાય. પરંતુ આપણા મંતવ્ય ઉપર જ્યાંસુધી આપણે નિર્ભર હોઇએ છીએ ત્યાંસુધી આપણને એ સત્ય જણાય છે. જ્યારે કોઇ અણધાર્યો પ્રકાશ પથરાય છે, ત્યારે આપણું મંતવ્ય બદલાય પણ છે અને તે જુદી દિશા લે છે.

'કેટલીક ઘટના આપણને ન સમજી શકાય એવી જણાય છે. આપણી બુદ્ધિ કસોટી ઉપર કસ નથી કરી શકતી ત્યારે આપણે એને ચમત્કાર માનીએ છીએ. અંકલેશ્વરના એક બાહોશ વકીલ મિત્રની મુલાકાત એક વખત થયેલી. સંત પુરૂષોની વાત નીકળતાં તેમણે જણાવેલું કે એમને એક બંગાલી મહાત્માનો ભેટો થયેલો. મહાત્મા એવો ચમત્કાર બતાવે કે રાત્રિએ ચંદ્ર ખીલ્યો હોય તે વખતે પોતે ખુલ્લી ચાંદનીમાં બેસે. સામે ભક્તમંડળ–પ્રેક્ષક વર્ગ બેઠો હોય ત્યારે પોતાના શરીરને અદૃશ્ય કરી બતાવે. પ્રથમ અર્ધું અંગ ન દેખાય, માત્ર મસ્તક દેખાય, અને પછી સર્વાંશે અદૃશ્ય થઇ જાય. કેટલીક મીનીટો પછી પાછા ફરી દેખાય!

'વકીલ સાહેબની આ વાત સાંભળીને મને તો જરૂર આશ્ચર્ય થયેલું કે ચોક્કસ આ એક અલૌકિક ચમત્કાર જ ગણાય. પણ એમણે જ્યારે મને સમજાવ્યું ત્યારે સમજ પડી કે એ ચમત્કાર નહિ પણ તાંત્રિક ક્રિયા છે. નથી તેમાં મંત્ર કે સિદ્ધિ. કોઇ પણ મનુષ્ય થોડી રીત શીખી લે શરીરનાં હલનચલનની, તો તે પણ થોડી મીનીટો માટે અદ્દશ્ય થઈ શકે.

'એટલે પાનાચંદભાઇ! કેટલીક બુદ્ધિને અગમ્ય વસ્તુને આપણે ચમત્કાર રૂપે માની લેવી પડે છે, અને જ્યારે તે નગ્ન સત્ય રૂપે આપણને જણાય છે ત્યારે ભેદ ટળે છે.'

પાનાચંદે કહ્યું: 'વૈદરાજ! લાંબી વાતે ગાડાં ભરાય. હું તો તમને એક પ્રત્યક્ષ ચમત્કાર માટે વાત કરૂં છું. અમારા ગામમાં સવા મહિનાથી એક મહાત્મા આવ્યા છે. વ્યક્તિ તેજસ્વી છે. એમની વાતો તો જાણે મોતી વીણી લ્યો અને એવા જ એ નિર્લોભી છે. કોઇનીયે પાસે કાંઇ માગે જ નહિ. પણ એવો એક એમનો ચમત્કાર છે બાપજી! કે સારાએ ગામમાં બસ એક જ વાત થઇ રહી છે કે એ કોઇ દૈવી પુરૂષ છે! પચીસ પચાસ ભાવિક ભક્તજનો તો રાતદિવસ મહારાજ પાસે બેસી રહી સેવા કરે છે.'

'પરંતુ એવો કયો ચમત્કાર તમે જોયો કે તમારા જેવા પાકા માણસ પણ બાઘા જેવા બની જઇ ગુણ જ ગાયા કરો છો? તમે તો પુરા ચાલાક છો.'

'ચમત્કાર નહિ તો બીજું શું? એ મહારાજ સવારસાંજ બે વખત પુરતું ભોજન કરે છે અને તે પણ મિષ્ટાન્ન, દુધ, ફળ, સુકો મેવો, સારી રીતે લે છે. પરંતુ જાજરૂ—સંડાસ જતા જ નથી. આજે લગભગ ચાલીશ દિવસ થવા આવ્યા, પરંતુ એક વખત પણ ગયા નથી. સવારનું સ્નાન પૂજન કરી આસન લગાવ્યું તે લગાવ્યું.'

'વાહ ભાઇ! આ પણ એક અજબ વાત ગણાય. અમે નાના હતા ત્યારે માણભટની મહાભારતની કથા સાંભળતા. ભટજી કથામાં

કહેતા કે ભીમસેને શંકર પાસે એવું વરદાન માગેલું કે જમે ભીમસેન અને ઝાડે ફરે શકુની! એ પછી તો કોઇ ઠેકાણે વાંચ્યું નથી કિંવા સાંભળ્યું યે નથી કે શરીરધારી મનુષ્ય સંપૂર્ણ ભોજન લેતો હોવા છતાં તેને જાજરૂ જવું ન પડે!' મેં આશ્ચર્ય વ્યક્ત કર્યું.

'અને મારે સાથે એ પણ જણાવી દેવું જોઇએ કે મેં મારા સ્વભાવ પ્રમાણે મહારાજની ખૂબ છૂપી રીતે તલાસ પણ કરી છે. પાંચ દિવસ સુધી તો રાત અને દિવસ એમની ફરતો એવો પહેરો ગોઠવેલો કે એક સેકન્ડવાર મહારાજને મારી નજર બહાર નહિ રાખેલા. એથી જ મારે કહેવું જોઇએ કે મહારાજ જાજરૂ જતા નથી.'

'ચાલો, ત્યારે પાનાચંદભાઇ! આપણે મહારાજનાં દર્શન તો કરીએ. આવા ચમત્કારિક પુરૂષનાં દર્શન પણ ક્યાંથી? આપણી સાથે બે ચાર મિત્રોને પણ લઇ લઇએ.'

અને અમે તૈયાર થઇ મહારાજ જે શિવાલયમાં ઉતરેલા ત્યાં ગયા. પચીસ ત્રીસ માણસના વર્તુલમાં અલમસ્ત શરીર, કાળી ભીંગોર દાઢી, લટુરીઆવાળી જટાવાળા એ ચમત્કારિક મહાત્માજી પદ્માસન લગાવી બેઠેલા. છતાં એ મહારાજની ચકોર આંખો, આવનાર, જનાર અને બેસનાર ઉપર એક ચક્કર લગાવી શાંત થઇ ઢળી જતી. મહારાજ પુરા દેહકરમી. બોલવાની છટા પણ અજબ. પૈસાને અડકે નહીં, 'માઇ લોક'ને પાસે આવવા દે નહીં. પણ મને તેમની આંખો વિચિત્ર લાગી. ઘણાયે સંત પુરૂષોનાં દર્શન કરેલાં, એમની આંખો અને આ આંખોમાં ભેદ લાગ્યો. મેં ધાર્યું કે મારી ભૂલ થતી હશે. પણ મને બ્રહ્માનંદનું કાવ્ય યાદ આવ્યું:

'બગલા બોલત મુખસેં,
મચ્છી છંડ હું બીર,
સંધ્યાવંદન કરત હું, મત ખડી રહો તીર;
મત ખડી રહો તીર, અલૌકિક રીત હમારી,

મત પાડો તન છાંય.
હમ હૈ નૈષ્ટિક બ્રહ્મચારી !
દાખત બ્રહ્માનંદ, કબુક બિંચત દ્રગ ખોલત,
મચ્છી છંડ હું ભીર, મુખસે બગલા બોલત !'

મહાત્માની આંખની ઉઘાડવાસે મને બ્રહ્માનંદના કાવ્યે ચેતાવ્યો. પરંતુ આવા ચમત્કારિક સંત પુરૂષ માટે ખરાબ વિચારો કરવા એ પણ એક પાપ તો ખરૂં જ ! જો કે મારૂં મન મહારાજની આંખોને ન ભુલતું. એ ખૂની–ભયાવહ આંખો ગુન્હેગારની કેમ ન હોય ? પણ એ જાજરૂ નથી જતા તેનું શું ? એ પણ ચમત્કાર !

અરધો કલાક મહારાજ પાસે બેસી અમે ઉઠયા. પાનાચંદભાઇ ઘેર જવા જુદા પડયા. મેં કહ્યું: 'પાનાચંદભાઇ ! આજે રાત્રે તો આવજો. આપણે બન્ને એકાંતમાં બેસી થોડી વાતો કરીશું.'

અને પાનાચંદ રાત્રે આવ્યા. આજે બેસવા આવનાર ભાઇઓને બ્હાનું કાઢીને વહેલા વિદાય કર્યા અને અમને એકાંત મળી.

'પાનાચંદ ! સાચું કહેજો, આ મહારાજને માટે તમારી ધારણા શી છે?' મેં પ્રશ્ન કર્યો.

'બાપજી ! મારી ધારણાની તો વાત જ ન પૂછશો. મને તો જીંદગીમાં એવી શીખામણ મળી છે કે હું તો બધાયે સાધુબાવાઓને શંકાની નજરથી જ જોયા કરૂં છું. આવા જ એક મહાપુરૂષે મને ૨૦ તોલા સોનાની મોકાણ બેસારી છે, બાપજી !'

'એ શી રીતે ?' મેં પુછયું.

'એક મંગળ પ્રભાતે કોણ જાણે ક્યાંથી એક દિગંબર અહીં આવી ચઢયા. તેમની સેવા કરવા માંડી. રોજ બાપજીને જમાડું, સુકો–ગાંજો આપું, કપડાં લાવી આપ્યાં, ચહાપાણી. વગેરેની સેવાથી મહારાજ મારા ઉપર પ્રસન્ન થયા અને ઓચર્યા :

'પાનાચંદ ! તુમ બડા ભક્ત લોક હૈ. સાધુ સંતકી તુમ બહોત સેવા કરતે હૈ. ઇસ લીયે મેરી ઇચ્છા હૈ કિ તેરી સેવાકા કુચ્છ ફલ

દેના ચાહીએ. જો બચ્ચા ! તેરી પાસ કુચ્છ થેાડા બહોત સેાના હેા તેા ગુરૂકૃપાસે મેરી પાસ એસી જડીબુટ્ટી હૈ કિ એકકા દશગુના સેાના બનતા હૈ.'

'મારાં તેા નસીબ ખીલી ગયાં. ઘણા વખતથી સંતેાની સેવાનું ફળ આજે આવી મળ્યું જાણી ગ્રાહકેાનું ઘડવા આવેલું સેાનું ભાંગી–તેાડી ગાળી, એકંદર વીશ તેાલા સેાનું હું લઇ ગયેા. ગ્રાહકેાનું હેાય કે મારૂં, પણ મને ફિકર શી હતી ? ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં ૨૦ તેાલાનું બસેા તેાલા સેાનું થવાનું હતું. એટલે સેાનાની ચિંતા રાખવા જેવું શું હતું ?

'આ જ મહાદેવમાં એ બાપજી ઉતરેલા, અને એ જ ઠેકાણે મારૂં દશગણું સેાનું બનાવવાનેા પ્રયેાગ થયેલેા.

'અમારે એ પ્રયેાગ રાત્રે એકાન્તમાં કરવાનેા હતેા. મારી પાસે એક બે ખાર મંગાવેલા, એક રેશમી કપડું મંગાવેલું, અને બીજી જડીબુટ્ટી એમને લાવી રાખવાની હતી.

'રાત્રિના દશ વાગ્યા, માણસોની અવરજવર બંધ થઇ. હું સઘળી સામગ્રી સાથે લઇને ગયેા. વીશ તેાલાની લગડી પણ લાલ કાગળમાં વીંટાળી ખીસ્સામાં મૂકીને સાથે લીધેલી. વળી બીજો લાલ કાગળ વધુ પણ સાથે લઇ ગયેલેા. કારણ કે બસો તેાલા સેાનું વીંટાળવા ટુંકેા કાગળ કામ ન લાગે.

'મહારાજ મારી વાટ જોઇને જ બેઠા હતા. 'આઓ બચ્ચા ! બહેાત દેર કીયા ?' 'હા બાપજી, થેાડી વધુ વાર લાગી, પણ વખતસર જ પહેાંચ્યેા છું.' 'કુચ્છ ફિકર નહિ, તૈયારી કર લેા.'

'બાપજીના આસનથી અઢી હાથ દૂર એક ખાડેા ખેાદવાનું મને કહ્યું. એક હાથ ઉંડેા ખાડેા ખેાધો. બે રામપાત્ર (માટીનાં વાસણ) હું સાથે લઇ આવ્યેા હતેા. તેની અંદર મહારાજે જડીબુટ્ટી નાંખી, વનસ્પતીનાં પાંદડાં નાંખ્યાં, અને મારા હાથે વીશ તેાલા સેાનાની લગડી મુકાવી. ઉપર ફરી વનસ્પતિ મૂકી. બીજાં રામપાત્રને એના

ઉપર ઉંધું વાળી ઉપર રેશમી કપડું બાંધી, માટી ભીંજવવા પાણી લેવા માટે એ સંપુટ નીચે મૂકીને હું ડોલ લઇ આવ્યો અને એ સંપુટના ફરતી માટી લગાવી ગોળ દડો બનાવ્યો. મહારાજ બતાવતા ગયા તે પ્રમાણે સઘળી ક્રિયા મારા હાથથી જ કરી. પછી ખોદેલા ખાડામાં સંપુટ મૂકયું. ઉપર માટી પુરી અને બરાબર જમીન જેવી જમીન બનાવી.

'એના ઉપર ટાટ પાથરી પથારી કરી મારે પોતાને જ ત્યાં સુવાનું હતું. કારણ કે બાર કલાકની અંદર સોનું દશગણું થવાનું હતું. ક્રિયા બધી મારા હાથથી થયેલી. ગોળો પણ મેં જ બનાવ્યો અને મારી પાથારી નીચે દાટયો. એટલે છેતરાવાનો ભય જ નહોતો, અને એવા પરોપકારી સાધુ પુરૂષો છેતરે જ શાના?

'મહારાજ એમના આસન ઉપર સુતા અને મેં સોનાવાળા ખાડા ઉપર અડ્ડો જમાવી એવો નિશ્ચય કરેલો કે જરીએ ઉંઘવું જ નથી.

'થોડી વાર તો અમે સુતાં સુતાં વાતો કરી અને કોણ જાણે કેમ પણ મહાગજને વહેલી ઉંઘ આવી. એમણે નસકોરાં બોલાવવા માંડયાં પણ મારો તો નિશ્ચય હતો કે ઉંઘવું જ નહિ. લગભગ બે વાગ્યા સુધી તો નિદ્રાદેવીએ અડાઇ ન કરી. પણ પછી તો સુતાં સુતાં આંખો ઘેરાવા લાગી અને મને પોતાને મારા ઉપર રીસ ચઢી. ઉઠીને ડોલમાંથી આંખોમાં પાણી છાંટયું અને પાછો સુતો. પણ જ્યાં અડધો કલાક થયો ત્યાં આંખો તો રોકવા છતાં બીડાઇ જાય. ફરી પાણી ચોપડયું–આળસ ખાધી, બગાસું ખાધું અને સોપારીનો ટુકડો મોઢામાં નાંખ્યો, પણ કોણ જાણે કયારે હું અંતર્ધ્યાન થઇ ગયો!

'સ્હવારના સાત વાગ્યા હશે. મહારાજની ભિક્ષાનહેડીની ઝોળીમાં લોટ હોય કે ગોળ હોય, પણ રેઢું ભાળી બે કુતરાં ખાવા માટે લડી પડયાં અને હું જ્યારે તેમની હડફેટે ચડયો ત્યારે મારી આંખ ઉઘડી. મને મારી સ્થિતિનું ભાન થયું. પણ હજી બાર કલાક પુરા થયા નહોતા. હજી બે ત્રણ કલાકની વાર હતી. એટલે ખાડો ખોલાય

નહિ, ઉતાવળ કરવાથી કાચું રહી જાય. પણ મહારાજ ક્યાં ? વખતે નિત્યકર્મ કરવા નદીએ ગયા હોય તો ના કહેવાય નહિ.'

'બ્રાનાચંદભાઇ ! પછી શું બન્યું ?' મેં સવાલ કર્યો.

'ભાઇ ! એ જ હું કહું છું. આપણા લોકોની જેટલી જીજ્ઞાસાવૃત્તિ છે તેટલી ગ્રહણશક્તિ નથી એ જ મોટું દુઃખ છે. જરાક કોઈ ગામમાં નવીન આવ્યું કે લોકો જાણે ટોળે મળીને તેનાં વખાણ કરવા લાગી જાય. ન જુએ તેલ કે ન જુએ તેલની ધાર.

'ભોલી મચ્છી જાય કે ઘર ઘર કલો સુનાય,
અપને પનઘટ સિદ્ધ કોઇ બેઠો ધ્યાન લગાય,
બેઠો ધ્યાન લગાય, ચલો દરશન કું જાઇએ,
મહાપુરૂષ કે ચરણ–પરસ કરી અતિ સુખ પાઇએ,
દાખત બ્રહ્માનંદ નહિ પતર અરૂ ઝોલી,
ઘર ઘર કલો સુનાય જાય કે મચ્છી ભોલી.'

'અરે, પણ લોકોના માનસની ફીલસુફીમાં તમે ક્યાં ઉતરી પડો છો ? હું તો પૂછું છું કે પેલા તમારા દશગણું સોનું બનાવવાના પ્રયોગનું શું થયું ? મુદ્દાની વાત કરોને.' મેં સીધે માર્ગે લાવવા ટકોર કરી.

'સોનાનું શું થયું ! થયું એમ કે મહારાજ તો જાણે તેમનાં ઝોળી, લોટો, વસ્ત્રો, પગની ચાંખડી એ બધું એમનું એમ છોડીને ગયેલા, એટલે મને થયેલું કે તેઓ નિત્યકર્મ કરવા ગયા હશે. હું મોડો ઉઠયો એમાં એમનો દોષ પણ શો ?

'અને મારાથી સ્થાન છોડીને આઘું પાછું ખસાય પણ નહિ. કારણ કે પ્રયોગના પરિપાકને બે ત્રણ કલાકની જ વાર. તેમાંય સમજો કે વીશ તોલા સોનું તો હવે રહ્યું નહોતું. બસો તોલા સોનાનો સવાલ. એટલું બધું સોનું રામભરોંસે મૂકી એ મહારાજની શોધમાં કૂંઇ તેજારીમાં આઘું પાછું ખસાય કેવી રીતે ?

'દિવસ ચઢતો ગયો. મહારાજની આવવાની રાહ હું તો કાગડોળે જોતો સુકાવા લાગ્યો. ઘેર પણ બૈરાં છોકરાં હડીએ ચઢેલાં અને મારી ગોતાગોત થઇ રહેલી.

'બાર કલાકમાં હજી એકાદ કલાક ખુટતો હતો, મહારાજ પણ આવ્યા નહોતા. પણ જો કોઇ નવતર આવી ચઢે તો બીજાની રૂબરૂમાં ખાડો ખોલવો એ પણ ઉપાધિ. એમ ધારીને મન અધીરૂં બની ગયું. ભલે બસો તોલામાં એકાદ બે તોલા સોનું ઓછું રહી જાય, પણ ખાડો ખોદી માલ તો કબજે કરી લેવો. એમ નિશ્ચય કરીને મેં તો માંડયો ખાડો ખોદવા. કીસ્મતે પણ જોર આપેલું. હાથ પણ મારા એવા ચાલે કે ન પૂછો વાત. ધબકતે હૈયે ખાડો ખોદ્યો ને અંદરથી સંપુટ કાઢી ઉતાવળે હાથે કપડું છોડી ઉપરથી રામપાત્ર લઇ અંદર જોઉં ત્યાં......

'સાધુ સત પંથે ગયા, સુવર્ણ લે ગયા સંગ,
રામપાત્ર દો રહ ગયા, દેખ હુ પાનાચંદ......!'

'વાહ ? પાનાચંદભાઇ ! તમે શિઘ્રકવિ તો ખરા, હો ! રામપાત્ર ખોલતાંની સાથે જ આ કવિતા તમે બનાવી કાઢેલી કે ?'

'અરે વૈદરાજ ! જવા દોને વાત ! મારી મુર્ખાઇ ઉપર પછી તો હું ખૂબ રડયો. મારી કયાં ગફલત થઇ તે પણ પછી મને યાદ આવ્યું. પરંતુ એ રાંડયા પછીનું ડહાપણ હતું, ભાઇસાહેબ ! આ વર્ષો સુધી લોકોનું સોનું ઘડવામાં, રતી–વાલ, રતી–વાલ કરીને બૈરાં છોકરાંનાં ઘરેણાં તૈયાર કરેલાં, તે બાવો–મારો બેટો એક દિવસમાં ઘા મારી ગયો ! પછી તો હું ઘેર આવ્યો. પણ આ દુઃખ કોને કહેવાય ? ઘરનાં બધાંય ઘરેણાં લાવી, ગાળીને લોકોને વખતસર ઘાટ જોખી આપવા પડયા, અને અત્યારે આપના સેવકના ઘરમાં બધાંયે એ મહાપુરૂષના પ્રતાપે ધોળા મૂળા જેવા કોરા કટ ફરે છે, તે હજુ કળ વળતી નથી.'

'પણ પાનાચંદ! મને લાગે છે કે તમે પેલો સંપુટ મૂકીને પાણીની ડોલ લેવા ઉઠયા તે.જ વખતે એવો જ સંપુટ તેણે તૈયાર રાખેલો તે બદલાવી લીધેલો હોવો જોઇએ.' મેં પાનાચંદની ભૂલ જણાવી.

'જરૂર એમ જ, મને પણ પાછળથી એ ભૂલ સમજાઇ હતી. પણ હવે થાય શું?'

'બીજું તો શું થાય? પણ લોકોને તમારા જ્ઞાનના અનુભવથી વાકેફ કરતા રહો તો તેઓ બીજા કોઇના ફંદામાં ફસાય નહિ.'

'અરે ભાઇ! હું તો જે મળે તેને કહું છું કે જોજો ભાઇ! આ મહારાજનો ગમે તેવો ચમત્કાર છે, પણ ફસાતા નહિ. તે જાજર જાય યા ન જાય એથી આપણને શી લાભહાનિ છે? પણ કોઇ આ મહારાજનો વિશ્વાસ કરશો નહિ.

'પરંતુ દુનિયા બીજાના અનુભવથી માને તેવી નથી. ઠોકર વિના સમજણ નથી આવતી. મને ઠોકર વાગી છે, એટલે આપણે તો હવે છેટેથી જે જે કરીએ છીએ. જરાક કોઇ બાવો કીમીયાની કે સિદ્ધિની વાત કરે એટલે આપણે તો તેને નવ ગજના નમસ્કાર કરીને છેટે જ ભાગીએ છીએ.'

'પાનાચંદ! ખરેખર તમારો અનુભવ વીશ તોલા સોનું ગુમાવીને પણ ઉપયોગી તો બન્યો છે જ. પરંતુ આ મહારાજના ચમત્કારની ઘુંચ આપણે ઉકેલવી જ પડશે. મારૂં દિલ નથી માનતું કે સંતપુરૂષો આવી સિદ્ધિ બતાવતા હોય. આ તો કોઇ બડો અઠંગ ઠગઉગીર છે. એની ભયંકર આંખોમાં નરી લુચ્ચાઇ ભરી છે, એ તમને હું ખાત્રીપૂર્વક કહું છું. માટે જરૂર કાંઇક ભેદ છે.' મેં તેને કહ્યું.

'ભાઇ સાહેબ! ભેદ તો હું પણ કહું છું કે હશે. પણ એ શોધવો શી રીતે? અનુમાને જેટલી કલ્પના કરી એટલી બધી રીતે અમે ફરી વળ્યા. પણ ક્યાંય ભેદનું દ્વાર હાથ લાગવું જોઇએ ને!' પાનાચંદે નિરાશા વ્યક્ત કરી.

'જુઓ, આવા કાર્યમાં નાસીપાસ થવાથી ખરી શોધ થતી નથી. હવે એક કામ કરો. હું પૂછું તેના બરાબર જવાબ આપતા જાઓ. કારણ કે તમે એ મહાત્માની આખી દિનચર્યા અને રાત્રિચર્યાનો અભ્યાસ કર્યો છે.'

'બરાબર, બરાબર.'

'કહો, મહાત્મા ક્યાં રહે છે?'

'મહાદેવમાં.'

'કોઇ ભક્તને ઘેર જાય છે?'

'ના.'

'જમે છે ક્યાં?'

'મહાદેવમાં જ.'

'તે રસોઇ બનાવે છે?'

'ના, લોકો તૈયાર થાળી લાવે છે.'

'સૂવે છે કયે સ્થળે?'

'એ પણ મહાદેવમાં જ.'

'એકલા સૂએ છે?'

'નહિ, ગામના પાંચ-દશ માણસો કાયમ તેમની પાસે સૂએ છે.'

'ઉઠે છે ક્યારે?'

'પાંચ વાગે.'

'પછી તે શું કરે છે?'

'પહેલાં તો દાતણ કરે છે.'

'પછી?'

'પછી સ્નાન.'

'ક્યાં, મહાદેવમાં?'

'નહિ, તળાવમાં.'

'તળાવ પર નહાવા એકલા જાય છે?'

'નહિ, પાંચ દશ ભક્ત–ભક્તાણીઓ સાથે હોય છે.'

'એ ભક્ત–ભક્તાણીઓ તેમની સાથે સ્નાન કરવા તળાવમાં પડે છે?'

'હા, પણ મહાત્મા એમને કાંઠે રાખી તળાવના છેક મધ્યમાં સ્નાન કરવા જાય છે અને ત્યાં તરતા તરતા પા કલાક સ્નાન કરે છે. ત્યારપછી પાછા ફરે છે.'

'દરરોજ છેક તળાવની વચ્ચે નહાવા જાય છે કે?'

'હા જી, એમનું કહેવું છે કે કાંઠે અનેક મનુષ્યનું સ્પર્શ કરેલું જળ પવિત્ર હોતું નથી, એટલે છેક મધ્યમાં જઇને પોતે સ્નાન કરે છે.'

'વારૂ, તે પછી તેઓ કપડાં પહેરી મહાદેવમાં આવી આસન જમાવે છે અને તે પછી ઉઠતા જ નથી, એમ જ ને?'

'હા, એમ જ.'

'ઠીક ત્યારે પાનાચંદભાઇ! હવે કાંઇ પુછવાનું નથી. પણ તમે તળાવમાં પડીને એ પવિત્ર જળમાં તરતા તરતા સ્નાન કરવા મધ્યમાં નથી જતા?'

'ના ભાઇ, મને તો તરતાં જ આવડતું નથી. એટલે તળાવમાં શાનો પડું?'

'ત્યારે આ ગામમાં કોઇને તરતાં આવડતું નહિ હોય?'

'અરે, એમ હોય સરકાર! ગામમાં તો ઘણા સરસ તરવૈયા છે.'

'ત્યારે પાનાચંદ! અત્યારે તમે ઘેર જતાં જતાં એક તરવૈયાને કહેતા જજો કે સવારે પાંચ વાગે તે મારી પાસે આવે.'

રાત બહુ ગએલી એટલે પાનાચંદને વિદાય કર્યા. ગુંચવાતા મને પાનાચંદ વિદાય તો થયા; પણ એમને કંઇ મારી વાતો અને પૂછપરછમાં બહુ સ્વાદ ન આવ્યો અને એમને લાગેલું કે આ વૈદ્ય તો નકામી માથાફોડ કરે છે.

પાનાચંદે મોકલેલા તરવૈયાને લઇ સ્હવારે પાંચ વાગે તળાવ ઉપર સ્નાન કરવાનો મુખ્ય ઓવારો છોડીને અમે જુદા જુદા ઉત્તર દક્ષિણના તળાવકિનારે તૈયાર થઇને જ બેઠા. જોડીદારને કેટલીક સૂચનાઓ મેં આપી મૂકેલી.

મહારાજ તો મંડળી લઇને સ્નાન કરવા આવ્યા, અને અમે પણ વસ્ત્ર બદલી તળાવમાં પડી મધ્ય તળાવથી થોડે થોડે દૂર બેઉ બાજુ તરવાનું શરૂ કરી દીધું. નિત્યનિયમ પ્રમાણે એ મહાત્મા સ્નાન કરવા તળાવમાં પડયો ને તરતાં તરતાં મધ્ય તળાવે પહોંચ્યો. બન્ને બાજુથી ધીરે ધીરે એની નજર ચુકાવીને અમે પણ આગળ વધ્યા. અમે તેની નજીક પહોંચીએ તે પહેલાં તો એ ચમત્કારી મહાત્માએ મધ્યજળમાં જ હાજત પુરી કરી દીધેલી, અને એનો હાજતનો મળ પાણી ઉપર તરતો જોઇને અમે પાછા ફર્યા.

વસ્ત્ર બદલી ઘેર પાછા ફરતાં પહેલાં તો પાનાચંદ ક્યારના ય અમારી રાહ જોઇને ઘેર તૈયાર બેઠેલા. અમને જોયા કે પાનાચંદે પ્રશ્ન કર્યો.

'કેમ ભાઇ! શા નવીન સમાચાર?'

'નવીનમાં તો બીજું શું હોય, પાનાચંદ! પણ તમારા મહાત્મા તળાવનું પાણી ભ્રષ્ટ કરે છે.'

'એટલે?'

'એટલે એમ કે તે પોતાના ચમત્કારને નિભાવવા ખાતર તળાવની મધ્યમાં મળત્યાગ કરે છે!'

'હેં! ત્યારે હવે શું કરવું?'

'કરવું એટલું જ કે એમને તળાવમાં સ્નાન કરવા ન જ જવા દેવા.'

'બહુ મજાનું. એ મારૂં કામ.' કહેતાકને પાનાચંદ ઉપડયા અને અરધો કલાક નહિ થયો હોય ત્યાં તો પાછા ફર્યા.

'વૈદ્યરાજ! મહારાજ તો વિહાર કરી ગયા!'

'ક્યારે ?'

'સ્નાન કરીને પાછા ફરતી વખતે પરભાર્યા.'

'ત્યારે તો જરૂર એને પણ આપણી શેાધની ગંધ આવી ગયેલી. બંને બાજુથી તરતા તરતા અમે એમની મળત્યાગની જગ્યાએ ગએલા અને એમણે એ જોયેલું ખરૂં. પોતાની કરામત પકડાઇ ગયેલી જાણીને જ એ ગચ્છન્તિ કરી ગયા. સારૂ થયું પાનાચંદ! નહિતર ગામમાં એ કોઇક ભારે મોકાણુ જરૂર મંડાવત.'

'ભગવાને બચાવ્યા બાપજી! વૈદ્યરાજ! ત્યારે શું દુનિયામાં કોઇ સત્ય વસ્તુ નહિ જ હોય? બધા જ આવા ધતીંગીયા હશે?'

'એમ હોય કે? ઘણા આત્મલક્ષી સાચા સત્પુરૂષો પડયા છે અને જેઓ સ્થિતપ્રજ્ઞ છે તેમને માટે ચમત્કાર એ બહુ મોટી વસ્તુ નથી. કારણ કે અણીમા, મહિમા, ગિરિમા, પ્રાપ્તિ, પ્રાકામ્ય, અસિત્વા વગેરે જેવી અષ્ટ સિદ્ધિઓ તો તેમને વરી ચૂકી છે. પરંતુ રાજાના કુંવરની વાઘરીના સવાણમાં ભરેલા, માગી લાવેલા એઠવાડ તરફ જેમ નજર જતી નથી તેમ આવા સત્પુરૂષો એ સિદ્ધિઓ તરફ નજર પણ કરતા નથી. માત્ર ક્યારેક કોઇ મુમુક્ષુને ભગવદ્પ્રાપ્તિ તરફ ખેંચવા માટે થોડો સાચો ચમત્કાર બતાવે. પરંતુ અગાઉ હું કહી ગયો છું તેમ તેમાં તેમનો સ્વાર્થ, દંભ, કે મોટાઇ બતાવવાની જરાએ ઇચ્છા હોતી નથી. માત્ર હોય છે સત્પુરૂષની વિભૂતિ પરોપકાર અર્થે.'

ભાઇ શ્રી નિજાનંદ! ચમત્કારની પાછળનાં રહસ્યો આવાં હોય છે. એટલે કોઇ પણ ચમત્કાર જોઇને મુગ્ધ બની જતા પહેલાં તેનો ભેદ ઉકેલવા યત્ન કરવો અને આંધળી શ્રદ્ધાથી ફસાવું નહિ.

*

(૭૪) શ્રીયુત આશાવાદી—લીંબડી

તમને લગ્ન કર્યાં ચાર વર્ષ વીતી ગયાં પરંતુ તમારાં પત્નીને પ્રજા થતી નથી, તેનું કારણ અને ઉપાય માગો છો:

પ્રથમ તો એ વિચારવા જેવી વાત છે કે માત્ર ચાર વરસના ગાળામાં જ તમો આટલા ચિંતાતુર થઇ શાને બેઠા છો? શારદા એક્ટ મુજબ તમારી પત્નીની ઉમર ચૌદ વરસની હોય ત્યારે તમારાં લગ્ન થયાં તેના ઉપર ચાર વરસનો ગાળો વીતી જાય એટલે પત્નીની ઉમર હાલે અઢાર–ઓગણીશ વરસની થઇ હોય. એટલે માતૃત્વને યોગ્ય તો એ હજી હવે બને છે, એટલામાં આપને બાળકોની ભુખ આટલી શાને લાગી? અને આપ શાને માની બેઠા કે એને પ્રજા નહિ થાય?

ધીરજનાં ફળ મીઠાં—એ આપણા દેશની જૂની કહેવત આપના ધ્યાનમાં હશે. એટલે ભાઇ! ધીરજ રાખો અને પત્નીને માટે ચિંતાતુર ન બનો. બાળકો નહિ થવા લાયક તેને માનતા પહેલાં આપ પોતાને માટે પણ જરાક વિચાર કરી જોજો. આપણો સમાજ વાંઝીયાપણાના દોષો કેવળ સ્ત્રીને માથે મૂકે છે, અને છેવટ સુધી સ્ત્રીને દોષિત ગણી પ્રજા નહિ થવાને કારણે બીજી અને ત્રીજી ઉપરાઉપર કરે છે, છતાંયે પ્રજા નથી થતી તો પછી એકાદ વખત પાછું વાળીને જોવામાં નથી આવતું કે પ્રજા નહિ થવાનું કારણ પુરૂષ કેમ ન હોય?

છોડ ઉગવા માટે જેટલી ક્ષારરહીત ભૂમિની જરૂર છે તેટલી જ શુદ્ધ, સળ્યા બળ્યા વગરના બીજની પણ છે. ભૂમિ શ્રેષ્ટ હોય પણ સડેલું કે બળેલું બીજ વાવવામાં આવે તો પણ તેનો છોડ ઉગતો નથી. એટલે ન્યાય તો તેને કહી શકાય કે બન્નેની યોગ્ય તલાસ

થવી જોઇએ. અને જો ખામી હોય ભૂમિમાં તો તેને સુધારી યોગ્ય બનાવવી જોઇએ, બીજ બગડેલું હોય તો તેને પણ સુધારવું જોઇએ.

પૃથ્વી અને સ્ત્રી વાંઝણી નથી, જો જન્મવંધ્યાને બાદ કરીએ તો.

એટલે આપને બરાબર બેઉની તપાસ કરાવ્યા પછી પત્નીનો જ દોષ જણાતો હોય અને માસિક અટકાવ વખતે દર્દ સાથે અટકાવ આવતો હોય તો તેમને ચંદ્રપ્રભાની નિયમિત બબ્બે ગોળી સવાર સાંજ આપો. સાત્વિક આહાર કરવો. ત્રણ મહિના બન્ને જણાં બ્રહ્મચર્ય પાળો અને ચોથા મહિને રજસ્વલા થયાના ચોથા દિવસે મીંઢળનો ભૂકો એક આનીભાર સાકરના શીરા સાથે ગળાવો. ઉપર ચાર શીવલીંગનાં બીજ એકરંગી ગાયના દુધ સાથે ગળાવી, મન દૃઢ કરી, નિશ્ચય સાથે સાત્વિક બુદ્ધિથી અને પ્રજાની ઇચ્છાએ સમાગમ આદરવાથી આશાતીત લાભ થશે.

*

(૭૫) એક દર્દી—વડોદરા

તમને માલુમ તો હશે કે કોઇને ય પુરા નામઠામ ઠેકાણા સિવાય જવાબ આપવામાં આવતો નથી. એટલે તમોને પ્રત્યુતર મળે નહિ. છતાં તમારા વ્યાધિ માટે તમે 'રખે વહેમાતા' પુસ્તકમાં ખાસ રોકેલાં પ્રમેહ, સ્વમદોષ અને નપુંસકતાનાં પ્રકરણો બરાબર વાંચી જાઓ. તેમાં સાચી સલાહ, સૂચના, ઉપાય અને માર્ગદર્શન કરાવેલ છે.

*

(૭૬) શ્રીમાન એસ.-મુંબઈ

વજન નહિ વધવાનું કારણ અને ઉપાય માગો છોઃ

શરીરની ઉંચાઇ પ્રમાણે વજન પણ હોવું જોઇએ એમ પાશ્ચાત્ય વૈજ્ઞાનિકો માને છે. હવે તમારા લખવા પ્રમાણે શરીરમાં કોઇ રોગ નથી તો પછી શરીર શા માટે ન ખીલે ? તેનાં બે કારણ હોઇ શકે: (૧) શરીરને પૌષ્ટિક અને સંવર્ધક ખોરાકનો અભાવ. (૨) શરીરમાંથી ઉપયોગી ધાતુનો ક્ષય. આ બે કારણો હોય તો જ વજન વધતું નથી.

પ્રથમ તો મુંબઇ જેવા શહેરમાં સાધારણ ધંધાર્થી કે નોકરીયાત માણસને પુરો સત્ત્વવાળો પૌષ્ટિક ખોરાક જ નથી મળતો. ઘણા પદાર્થ ભેળસેળવાળા, સત્વ હરાઇ ગયેલા હોય છે. દુધ, ઘી, મલાઇ, માખણ, મેવો, જે ખાસ કરીને વજન વધારવામાં પૌષ્ટિક તત્ત્વો પુરાં પાડે છે એ જ પદાર્થો સાચા મળી શકતા નથી અને સારા સાચા મેળવવામાં જેટલો પૈસો ખરચવો જોઇએ તેટલો મધ્યમ વર્ગના મનુષ્યો પાસે હોતો નથી.

ઘણાય માણસોને માટે જોયું છે કે તેઓ મુંબઇ, કલકત્તા જેવા શહેરને છોડી, ગામડામાં એકાદ બે મહિના રહી આવે છે, તો રાતી રાયણ જેવા અને તાજા લોહીએ તસતસતા તથા વજન વધારી આવેલા જણાય છે. તેનું કારણ ગામડામાં મોજમજાહ નહિ, પણ ભેળશેળ વિનાના સાચા તાજા ખોરાક અને શુદ્ધ પ્રાણવાયુથી ભરપુર હવા હોય છે તે જ છે.

શહેરી જીવન શરીર સુકવે છે એટલું જ નહિ પણ મૃત્યુને વહેલું અને નજીક લાવે છે તથા વિવિધ વ્યાધિને નિપજાવે છે. પરંતુ એ જાણવા છતાંયે હજારો નહિ, લાખો માનવીઓની રોટી શહેરોમાં સરજાય છે અને એ યાતનાઓ સહન કરતાં છતાંય તેઓ જીવનમાં આનંદ માને છે.

એટલે આપને સલાહ એ છે કે ચાર છ મહિના ગામડાની આબોહવામાં અને સીધા સાદા ખોરાકમાં જઇ આવો. કોઇ દવાની જરૂર નથી. એથી ચોક્કસ વજન વધશે અને સર્વ વાતે સારૂં થશે. તમારાં આંતરડાં સડતાં નથી કે બગડ્યાં પણ નથી. તમને એ મહાશયે ખોટો વહેમ ભીડાવ્યો છે. એની જરાએ ચિંતા કરશો નહિ.

*

(૭૭) જે. પાસા–ધોરાજી

તમારા પ્રશ્નોના અનુક્રમે ઉત્તર નીચે મુજબ છે:

(૧) ખટાશ કેટલી ખાવી:

બીજા ખારા, તીખા, ગળ્યા, વગેરે રસો સ્વાદની ખાતર જેટલા દાળ શાકમાં નાંખવામાં આવે છે તેટલી જ ખટાશ જો જોઇ વિચારીને નાંખવામાં આવે તો ખાસ વાંધો નથી. પરંતુ ખાસ રૂચી પેદા કરવાને માટે આંબલી, કેરીનું અથાણું, કાતરાની ચટણી, લીંબુની ખટાશ, વગેરે દ્વારા ખોરાકમાં અતિશય ખટાશ ખાવાથી એસીડીટી વધી જાય છે. કયારેક તેમાંથી અમ્લપિત્તનો વ્યાધિ થાય છે અને કયારેક શરીર ઉપર ખસ, ખુજલી, ફોલ્લી, ફોલ્લાઓ થઇ આવે છે. માટે અત્યંત ખાટા, અત્યંત ખારા, તીખા, વગેરે સર્વ રસો વધુ પડતા નહિ ખાવા જોઇએ.

સાત્વિક પદાર્થો ઘી, દુધ, વગેરે પણ પ્રમાણસર ખાવામાં આવે તો જ શરીરને પૌષ્ટિક તત્ત્વો પુરાં પડે છે. તેનું વધુ પ્રમાણ–થવાથી એવા પદાર્થો પણ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, ત્યારે આંબલી જેવા પદાર્થો નુકસાન કરે તેમાં શું આશ્ચર્ય ?

(૨) આપના નાના ભાઇના લકવા માટે આપ ઉપચાર પુછાવો છો. ભાઇ લકવો એ એક વિચિત્ર અને બહુ ખરાબ વ્યાધિ છે. તેવા વ્યાધિમાં ખાસ નિદાન અને નિર્ણય સિવાય ચોક્કસ દવા બતાવી શકાય નહિ, માટે તેને આપ સારા વૈદ્યની રૂબરૂમાં લઇ જાઓ, બતાવો અને તેમની દ્વારા તેની સારવાર કરો.

*

(૭૮) ઉષા—સેતલવાડ

બહેન, આપનો પત્ર મળ્યો. શીતળાનાં ચાઠાં આપના મોઢા ઉપર બાલ્યાવસ્થાનાં રહી ગયાં છે એ અત્યારે યુવાવસ્થામાં આપને બહુ ખરાબ લાગે છે. તેને મટાડવા આપ ઉપાય માગો છો અને એને માટે જેટલું ખરચ થાય તે પણ કરવા તૈયાર છો.

મારા અનુભવ પ્રમાણે આ ચાઠાં જો શીતળા નીકળી ગયા પછી તુરત સારવાર અને ઉપચારથી નાબૂદ કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે તો તે સહેલાઈથી નાબુદ થઈ જાય છે, અને જે સાધારણ ચાઠાં એ ઉપાયો કરવા પછી રહી જાય છે તે યુવાનીનો કાળ આવતાં નવું લોહી શરીરમાં ભરાય છે ત્યારે તદ્દન નાબૂદ થઈ જાય છે.

શીતળાની પ્રાથમિક સ્થિતિ, તેના ઉપચાર અને સારવાર તથા તેના પૂર્ણ વિવેચન બાબત તો એક સ્વતંત્ર 'શીતળા' એ નામનું પુસ્તક મેં લખેલ છે. તેમાં આવા ઘણા ઉપાયો બતાવ્યા છે. એ પૈકીમાંથી એક કશું પણ ખરચ ન કરવું પડે તેવો ઉપાય આપને લખું છું.

ગાયનું ગોબર (છાણુ) જંગલમાં જ્યાં પડ્યું હોય ત્યાંજ સુકાયું હોય તેનાં અડાયાં છાણાં લઈ તેને બાળી નાંખવાં અને જે રાખોડી થાય તેને કપડે ચાળી નાંખી પાણીમાં ગાળી લેવી. એ ગાળેલી રાખોડીના દડા બનાવી સુકવી લેવા. એ ભસ્મ દરરોજ રાત્રે મોઢા ઉપર લગાવો—પાઉડરની માફક, અને સવારે ધોઈ નાંખો.

કાળજી રાખો કે મોઢા ઉપર કોઈ પણ જાતનું તેલ લાગેલું ન હેય. જરા પણ તેલવાળી અસર મોઢા ઉપર હશે તો શ્યામતા આવી જશે. આ રાખોડી લગાવો ત્યારે ચહેરો તદ્દન સાફ હોવો જોઈએ.

ત્રણ મહિના લગાવો. ડાઘ ઘણાખરા નાબૂદ થઈ જશે.

આપે ઘણો મોંઘો પ્રયોગ માંગેલો પણ મેં ગરીબ પ્રયોગ બતાવ્યો છે, છતાં તે ખૂબ ગુણવાળો છે. આપને લાભ થાય તો આપનાં નિર્ધન ગરીબ ભાઈ બહેનોને યથાશક્ય મદદ કરશો. કારણ કે આપ સારાં ધનવાન છો.

*

(૭૯) એક જીજ્ઞાસુ—પાટણ

ભાઈ, આપનો પત્ર મળ્યો. પત્નીને મોટી ઉમર થવા છતાં અટકાવ નહોતો આવતો. બહેનપણીના કહેવાથી કંકુ પીધું અને અટકાવતો આવવો શરૂ થયો પણ સાથે ધાતુ જાય છે, ગુપ્ત ભાગમાં દુઃખાવો અને આપ પૂછો છો કે આવી પત્ની સાથે સમાગમ કરવાથી પ્રમેહ થાય; તો સમાગમ કરવો કે નહિ ?

પ્રત્યુત્તરૂપે જણાવવું જોઈએ કે આવી રીતે જ્યાંસુધી ગુપ્ત ભાગ રોગગ્રસ્ત હોય, અંદરથી ધાતુ અને બલગમ વહેતો હોય ત્યાંસુધી સમાગમ કરવો હિતકારક નથી.

પ્રથમ તો તેમને દરરોજ બાવળ, બોરડી, જાંબુ અને ઉંમરાની છાલનો દશગણા પાણીમાં ઉકાળો કરી દરરોજ ગુપ્તભાગમાં એક વખત ડુશ આપવો. (પીચકારીથી એ પાણી લઈ ગુપ્ત ભાગ ધોવો.) ખાવામાં—

ચીમેડ શૈર ૦।, ગુંદર શેર ૦।, મુશળી તો. ૨॥, રાતાં મરી તો. ૨॥, કાળી મુશળી તો. ૨॥, ગોખરૂ તો. ૨॥, રૂમીમસ્તકી તો. ૨॥, કૌચા તો. ૨॥, બગબીજ તો. ૨॥, તાલીમખાના તો. ૨॥, ચીલગોઝા મગજ તો. ૨॥, બદામ તો. ૨॥, એલચી તો. ૨, પીસ્તાં તો. ૨॥, ચાંદી વરખ તો. ૧, ગોદંતી ભસ્મ તો. ૨, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ તો. ૧, નાગકેશર તો. ૧, પ્રવાળપીષ્ટી તો. ૨॥, દુધનો માવો શેર ૨॥, સાકર શેર ૪, ઘી શેર ૨॥.

પ્રથમ સઘળાં વસાણું બારીક ખાંડો, ગુંદરને ઘીમાં સાંતળી લ્યો. માવાને ઘીમાં શેકી લ્યો. પછી સાકરની ચાસણી બનાવી તેમાં ગુંદર, માવો, વસાણું, વગેરે સઘળી વસ્તુ મેળવી દશ દશ તોલાના લાડુ વાળો કે ચોસલાં બનાવો. બાઈને દરરોજ સવારમાં એક ખવરાવો. ખૂબ ચાવીને ધીમે ધીમે ખાય, ઉપર દુધ પીએ. જો દુધ પીએ નહિ તો કાંઈ નહિ, પણ પાણી તો ન જ પીએ.

ધાતુ જતો બંધ થશે, કેડો મજબૂત બનશે, બાંધો સખત થશે, ગુપ્ત ભાગનાં અવયવો મજબૂતી પામશે અને શરીરમાં શક્તિ ભરપુર ભરાશે. તેની સાથે પ્રથમ સમાગમે જ ગર્ભ રહેશે. આ સ્ત્રીઓને માટે અમૃત સમાન, ગુપ્ત ભાગની અને કેડોની મજબૂતી બાંધનાર અત્યંત ઉપયોગી અને સેંકડો વૈદ્યો–ડાકટરોની દવાને પહોંચી વળે તેવો આશીર્વાદરૂપ ઉપાય છે.

આપના મિત્રની હકીકત :

પ્રથમ ડાબા હાથે હસ્તમૈથુન કરતા હતા. એ તરફની નસ નબળી બની એટલે મિત્રોએ કહ્યું કે હવે જમણા હાથે હસ્તમૈથુન કરો એટલે સરખાઇ આવી જશે !

મૂર્ખ મિત્ર અને સલાહ આપનારા પણ મૂર્ખના શિરોમણિ. આવા મિત્રો જ મિત્રતાના નામે હજારો ઉછરતા કુમળા બાળકોનો સત્યાનાશ વાળે છે, અને એને ખોટી બદીએ લઇ જાય છે.

ગુપ્ત ભાગની ઇંદ્રિયની નસોને છંછેડવાથી અથવા હસ્તમૈથુનથી તે ટુંકી, વાંકી, અને પાતળી બને એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ હાલ તુરત એની બહુ ચિંતા નહિ કરતાં થતા સ્વપ્નદોષને બંધ કરવા, સાત્વિક આહાર અને ખુબ વિચારપૂર્વકનો મનનો સંયમ પકડવાથી સ્વપ્નદોષ બંધ થશે. પછી કોઇ વિશ્વાસુ અને યોગ્ય વિદ્વાન વૈદ્યની પાસે જઇ ધાતુવર્ધક દવા અને તીલ્લાનો ઉપયોગ કરવાથી ઠેકાણે આવી જવાશે. પરંતુ હાલ તુરત ધાતુવર્ધક દવાઓ ખાવાથી તો સ્વપ્નદોષમાં વધારો થશે, અથવા છુટી ગએલી જૂની બૂરી આદત ફરી શરૂ થશે. માટે મહેરબાની કરી કામોત્તેજક અને ધાતુવર્ધક ભડકાવનારી જાહેર ખબરોમાં લલચાઇ બિચારા વિદ્યાર્થીનો ભવ નહિ બગાડતા.

*

(૮૦) ભાઇશ્રી ફોટોગ્રાફર

તમારો પત્ર મળ્યો. દર્દ અને લાગણીભર્યો એ પત્ર વાંચ્યો. તમારા પ્રશ્નોનો જવાબ આપતા પહેલાં તમારી એક માગણી સંબંધમાં ધ્યાન ખેંચું : તમારો જવાબ 'બહુરૂપી'ની અમુક ચોક્કસ તારીખમાં જ આવવો જોઇએ એવો દુરાગ્રહ શા માટે? પત્રોના જવાબ અનુક્રમે અપાય. તમારી પહેલાં આવેલાના પત્રોને પાછળ મૂકી તમને પ્રથમ જવાબ આપવો, એ નિયમ વિરૂદ્ધ હું કઇ રીતે કરી શકું? ઉતાવળે જવાબની જરૂર હોય તેમણે તો સીધો જ પત્રવહેવાર કરી લેવો જોઇએ.

હવે તમારી ફરિયાદ બાબત આવું. અનેક યુવાનોએ અનેક વખત જે પ્રશ્ન પુછાવેલો તેવો જ તમારો પ્રશ્ન છે. બૂરી કુટેવ, મંદવાડ, તેમાંથી ઉઠયા પછી પણ બૂરી કુટેવ, અને પછી નબળાઇ, કબજીયાત, મંદાગ્નિ, અશક્તિ અને નિરૂત્સાહીપણું–આ અને આવું જ આપનું વર્ણન છે.

એક સજાજડ મજબૂત દીવાલ ઉભી છે. તેનાં મૂળમાં એક માણુસ કોદાળીથી ખોતરી રહ્યો છે. તેનું પરિણામ શું આવે? દીવાલ પડે, ખોતરનારો ચગદાય, અને પછી બહાર કાઢવા માટે બૂમબરાડા પાડે. એવી હાલત તમારી છે. હું નથી સમજતો કે માણસજાત પોતાની મુર્ખાઇ અટકાવવા કેમ સબળ મનનો નહિ બની શકતો હોય? બૂરી કુટેવથી મંદવાડ આવે, થોડો સાજો થાય, ફરી સમજવા છતાં કુટેવ તરફ વળે! ખેર!

તમારે માટે એક જ રસ્તો સરલ છે. ખૂબ તીખાતમતમતા ખોરાક છોડો, ગાયનું દુધ વધારે લ્યો, સવારે ૩ ગોળી ચંદ્રપ્રભા નંબર ૧ લ્યો, સાંજે ૨ ગોળી ગોક્ષુરાદિ ગુગળની લ્યો. રાત્રે સુતી વખતે ત્રીફળાં અથવા સારી જાતની હરડે પાવલીભાર ફાકો અને

જમ્યા પછી દરરોજ હીંગાષ્ટક ચુર્ણ લ્યો, અથવા જમવાની શરૂઆતમાં પ્રથમ ગ્રાસમાં થોડા ભાત સાથે હીંગાષ્ટક લેશો તો પણ ઠીક છે.

તમારે માટે ઉત્તમમાં ઉત્તમ આ સરલ માર્ગ છે. ચાર મહિના નિયમીત લીધા પછી એકાદ મહિનો શિયાળામાં 'વસંત કુસુમાકર' બબ્બે રતી મધ સાથે લઇ લેશો તો શરીર સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત બનશે અને પહેલી ખોટ પુરી થશે, પરંતુ જો ફરી એ અનિષ્ટ માર્ગે નહિ જાઓ તો જ.

*

(૮૧) મી. બી. પી. પટેલ—અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો. સ્ત્રીની ઉમર સોળ વર્ષની છે. ગર્ભ રહ્યો છે એ આપ પૂર્ણપણે પ્રગટાવવાને વાંધો નથી ઉઠાવતા, પણ ફરી દશ વરસ સુધી ગર્ભ ન રહે એમ ઇચ્છો છો, કેમકે એથી તમને હાનિ એ છે કે સ્ત્રીનું સૌન્દર્ય લુંટાઇ જાય અને આટલા નાના નવયુગલમાં કચ્ચાંબચ્ચાંની જંજાળ વધી પડે એ ઠીક નથી લાગતું.

આવો જ પ્રશ્ન છેલ્લા દશ વર્ષથી હિંદુસ્તાનમાં જોરશોરથી ચર્ચાઇ રહ્યો છે. એ બાબત ઘણું સાહિત્ય પ્રગટ થાય છે, વેચાય છે અને વંચાય છે. તકસાધુ વેપારીઓએ પણ બર્થ કંટ્રોલની–સંતતિનિયમનની ઠીક ઠીક દવાઓ વેચવા માંડી છે. એ દવાઓ પ્રજા થવી બંધ કરે છે કે કેમ તે હું નથી જાણતો. પણ તમારા જેવા જ્યારે સલાહ માગે ત્યારે જવાબ આપ્યા વગર છુટકો થતો નથી. સંતતિનિયમન બે રીતે થઇ શકે. એક તો મન સંયમમાં રાખી બ્રહ્મચર્ય પાળવાથી. આ ઉઘાડી અને સત્ય વાત જ્યારે તમને માન્ય ન હોય ત્યારે જ તમે એ માટેનો ઉપાય માગતા હો. એથી બીજો ઉપાય કૃત્રિમ સાધનો અને ખાવાની દવાઓથી સંતાન અટકાવવાનો કામે લગાડાય છે.

સાધનોમાં સ્ત્રીઓને ગર્ભાશયના મુખ ઉપર પહેરાવવાની પારસી ટોપી જેવી 'પ્રેસારી' આવે છે. ફ્રેંચ, ડચ, એમ એની જુદી જુદી જાતો છે. તે કોઇ હુશીયાર નર્સ પાસે બેસારી લેવાથી સંતાન થવાની ભીતિ ઓછી થાય છે. એ સિવાય પુરૂષોને ગુપ્ત ભાગ ઉપર પહેરવાની બહુ જ બારીક થેલી આવે છે જેને 'ફ્રેંચ લેટર' કહે છે. આ સાધનો વાપરવાથી પ્રજાનો પ્રતિબંધ થાય છે ખરો. એ સિવાય પણ કુદરની દવાઓ, સાબુઓ, સોગઠીઓ આજકાલ બહુ વપરાય છે. જો આપને તેના વિશેષ જ્ઞાનની જરૂર હોય તો એ વિષય ઉપર લખેલું મારૂં પુસ્તક 'સંતતિસંયમન' વાંચી લેશો. બાકી ખાવાની દવાથી સંતાન થતાં બંધ થતાં હોય એ વાતમાં મને બહુ વિશ્વાસ નથી.

*

(૮૨) હીંમતલાલ ડી. ભટ્ટ—કરાચી

શરીર વધારવા માટે મજબૂત અને પહેલવાન જેવા થવા માટે ઉપાય પૂછો છો—તે માટેની દવા માગો છો:

ભાઇ, એ હું નથી સમજતો કે શું માણસને દવા વગર કોઈ કાર્ય નહિ જ થઇ શકતું હોય? કોઇ પણ પ્રાણી ઉમરે વધે છે તેમ તેનું શરીર પણ વધે જ છે. ચૌદ વરસની આપની ઉમર છે. એમાં શરીરને વધારવા માટે દવા લેવી એ ઠીક નથી.

સાચો ઉપાય એ છે કે નિયમીત કસરત કરી, નિયમીત ખોરાક લ્યો, ફળ અને દુધનું પ્રમાણ વધારે રાખો. બને તો સવારના ખોરાક સાથે થોડું માખણ લેતા જાઓ. એટલે શરીર ખીલવા લાગશે અને કસરત ખોરાકને પચાવશે, શરીર વધશે, ઘાટીલું બનશે અને પહેલવાન થવાશે. આપણા પહેલવાનો કાંઇ કોઇ દવા ખાઇને પહેલવાન થયા નથી.

*

(૮૩) કાન્તિલાલ સુખલાલ શાહ—કરાચી

તમારા મિત્રના વ્યાધિ માટે સરસ ઉપાય એક જ છે કે તેમણે દરરોજ એક વખત સવારે અથવા સાંજે 'તૈલાભ્યંગ' કરાવવો. અર્થાત તેલ શરીર ઉપર માલીસ કરાવવું. એથી શરીરનો બધો દુઃખાવો, કળતર નાબૂદ થશે, નસો અને મસલ્સને તાકાત આપશે અને શરીરમાંનો દુઃખાવો, શીથીલતા નાબૂદ થશે. દવાની ઈચ્છા હોય તો એકાદ મહિનો 'આહન' ખાંડીને તેની બે વાલ જેટલી ફાકી ગાયના દુધ સાથે દરરોજ સવારમાં લેવી. એ સિવાય ખાસ કોઈ દવાની જરૂર નથી. માત્ર ચહા અને ખાંડ છોડી દેવાની જરૂર છે. આહન ગાંધીને ત્યાં એક આનાનું એક મહીનો ચાલે તેટલું મળે છે. તે એક વનસ્પતિનાં મુળાડીયાં છે.

*

(૮૪) સુતારચાલ-મુંબઈમાં રહેતા એક ભાઈ

આપનું પેટ બહુ મોટું થયું છે. ૧૮ વરસની ઉમરે મોટું પેટ એ પણ એક શરમાવા જેવું ખરૂં. મોટી ઉમર હોત, એકાદ પેઢીના વડા શેઠ હોત, ગાદીતકીએ ફાંદ ફેલાવીને પડયા હોત તો વળી સારૂં પણ લાગે. પણ આ તો નથી શેઠ કે નથી ઉમર. એનો ઉપાય માગો છો:

બહુ સારૂ. આપને માટે એક સરસ રસ્તો છે. દંડ પીલો અને બેઠક કરો. દરરોજ થોડી શરૂઆત કરો. પછી જુવો મજા. પેટ ઉપરનો મેદ ગળી જશે અને એના બદલે છાતી તથા બાહુ ખીલશે. એ કસરત જેટલું સરસ કામ કરશે એટલી કોઇ દવા આપનું કામ નહિ કરી શકે. તમારી અવસ્થા પ્રમાણે એ એક જ ઉપાય તમારે માટે સરસ અને લાભકર્તા છે.

*

(૮૫) વિમળચંદ્રભાઇ

આપ અભ્યાસમાં પાછળ રહો છો, આગળ વધી શકતા નથી અને સ્મરણુશક્તિ આપની ઘણી ઓછી છે. એ માટે ઉપાય માગો છો. 'રસરત્ન સમુચ્ચય' નામના ગ્રંથમાં એક કથા છે. કાશી નગરીમાં એક મહાન સમર્થ વિદ્વાન પંડિત હતા. ન્યાય મિમાંસા, વ્યાકરણુ, તર્કશાસ્ત્ર વગેરે ભણાવવા પોતાને ત્યાં અનેક વિદ્યાર્થી રાખતા. એ વિદ્યાર્થીઓમાં જેની સ્મરણુશક્તિ ઓછી હોય, દરરોજના અભ્યાસમાં ગ્રહણુ ન કરી શકતા હોય તેવા વિદ્યાર્થી અને વિદ્યાર્થીનિઓને માટે પંડિતજી એક દવા રાખતા અને દરરોજ એ જાતના વિદ્યાર્થીઓને દુધ સાથે પાંચ પાંચ ટીપું દવા આપતા. એથી બનતું એમ કે મંદ યાદશક્તિ વાળા એથી ખૂબ આગળ વધી જતા, પુરા પંડિત નિપજતા અને ખૂબ સહેલાઇથી વિદ્યા સંપાદન કરતા.

એક દિવસ બન્યું એમ કે તેમની કન્યા ૧૬ વરસની, જે પંડિતજીની સાથે જ રહેતી, તેની કોઇ દવાની બાટલી પંડિતજીની વિદ્યાર્થીનિઓ માટેની પેલી દવા સાથે પડેલી. કન્યાએ ભુલથી પોતાની દવા છોડીને એ સ્મરણુશક્તિની દવા પી લીધી.

ચાર છ કલાક પછી છોકરી પાગલ બની ગઇ. એના ચિત્તની અસ્વસ્થતા વધી ગઇ અને તે દોડવા લાગી. સમય રાત્રિનો આવી લાગ્યો. છોકરી બેભાન સ્થિતિમાં ઘર છોડી બહાર નીકળી ગઇ અને તેણે પાણીથી ભરેલા કુવામાં પડતું મૂકયું.

પ્રાતઃકાળે પંડિતજીએ શોધ કરવા વિદ્યાર્થી દોડાવ્યા. આખી કાશી નગરી ફરી વળ્યા, પણુ પત્તો ન લાગ્યો. બીજા દિવસની રાત્રિ વીતી ગઇ, ત્રીજે દિવસે સવારે કુવા ઉપર ગયા તો છોકરી પાણીમાં કુવાની કિનારી પકડીને જીવિત અવસ્થામાં તરતી જણાઇ. તેને બહાર કાઢવામાં આવી. કુવામાં ત્રીસ કલાક રહેવાથી તેનું ગાંડપણુ નાબૂદ થયું હતું, પરંતુ પરિણામ એ આવ્યું હતું કે વિદ્યાર્થીને ગોખવા માટે આપવામાં આવતો પાઠ એક વખત સાંભળવા માત્રથી તે યાદ કરી

લેતી. એટલે કે એ ' શ્રુતધર ' બની ગઇ હતી. અને ઘણા જ અલ્પ કાળમાં એણે સર્વ શાસ્ત્રનું અધ્યયન કરીને દેશમાં દિગ્વિજય કર્યો હતો.

એ દવા શી છે ? એ ઔષધને જ્યોતિષ્મતિનું તેલ કહેવામાં આવે છે.

વિમળચંદ્રભાઇ, વિચારમાં જરાએ નહિ પડશો કે વૈદ્યરાજે વળી આ ' જ્યોતિષ્મતિ ' ક્યાંથી કાઢી ! ભાઇ, એ તો તે ઔષધનું સંસ્કૃત નામ છે. આપણા ગુજરાતીમાં એને કહે છે માલકાંકણીનું તેલ. એ બહુ જ બુદ્ધિવર્ધક છે અને સ્મરણશક્તિને વધારનાર પણ છે. તેને ' બ્રેઇનટોનીક ' કહી શકાય. એની લેવાની રીત આ પ્રમાણે છે: દરરોજ શરૂઆતમાં એકેક ટીપું દુધની સાથે લેવું. દરરોજ તેને વધારવું અને વધારેમાં વધારે દશ ટીપાથી વધુ ન લેવું. કારણ કે તેનામાં બીજો દુર્ગુણ ઉલટી કરાવવાનો છે. એ લીધા પછી જીવ મીચકાય છે અને પાછું વળશે એમ લાગે છે. પરંતુ કોઠે પડવાથી એમ થતું નથી.

વળી તમે બજારમાંથી ચોખ્ખું માલકાંકણીનું તેલ મેળવવા આશા રાખો તો તે ખોટું છે. આપણા વેપારીઓ તો સાડલાને બદલે સુંડલો પકડાવી દે તેવા છે. એટલે આપે દશ શેર કે અરધો મણ માલકાંકણાં લઇ તેનું ઘાણીમાં પીલાવીને તેલ કઢાવી લેવું. થોડું જો હાથે જ કાઢી લેવું હોય તો દશ તોલા માલકાંકણાં લાકડાની ખાંડણીમાં ખૂબ ખાંડવાં. ખાંડતાં જરા જરા પાણી છાંટતાં જવું. બરાબર લોચા જેવું થઇ જાય એટલે કાંસાની થાળીમાં અરધા ભાગમાં તે લોચો લગાડી સખત સૂર્યના તાપમાં થાળીને અરધી વાંકી રાખી મૂકવી, જેથી તેમાં પાથરેલા માલકાંકણાના લોચામાંથી તેલ જુદું પડી થાળીના નીચાણના ભાગમાં ખાલી જગ્યામાં એકઠું થશે. એ તેલ શુદ્ધ માલકાંકણાનું ગણાય. એમાંથી એક ટીપાથી શરૂઆત કરવી અને દશ ટીપાં સુધી વધારવું.

આપની આ તેલ કાઢવાની તકલીફમાંથી બચી જવા ઇચ્છા હોય તો એકલા માલકાંકણાનાં મીંજ દરરોજ પાંચ પાંચ ગળવા લાગો. પચીસ સુધી વધીને કાયમ રાખો. એથી પણ સરસ લાભ થશે.

વાંચકો કહેશે કે વૈદરાજ ! વિમળચંદને એકદમ સીધું કહી દીધું હોત કે તમે માલકાંકણીનું તેલ લ્યો કે બી ગળો, તો શું ખોટું હતું ? જવાબમાં જણાવવાનું કે પેટ તો ઘંઉનો આટો, ગોળ અને ઘી મેળવીને ખાવાથી પણ ભરાય છે, જેને કાઠિયાવાડમાં કુલેર કહે છે. પરંતુ આપણા લોકો એનો દળ બનાવે છે, પુરી અને રોટલી બનાવે છે, ત્યારે તેનો સ્વાદ અને મીઠાશ ઔર આવે છે, એ સુજ્ઞ વાચકના ખ્યાલ બહાર નહિ જ હોય.

*

(૮૬) મુંબઇવાળા

ભાઇ, પત્ર મળ્યો, આપના દીકરાની આંખો ખરાબ છે તો પણ તે સીનેમા જોવા જાય છે, આપ લડો છો ત્યારે તે કહે છે કે 'બહુરૂપીમાં' લેખ આવે છે કે માબાપોએ છોકરાને સીનેમા જોવા મોકલવા જ જોઇએ. આ બાબતમાં મને પુછાવો છો કે આ હકીકત સત્ય છે ?

ભલો બાપ અને ચાલાક દીકરો ! મને ખ્યાલમાં નથી કે 'બહુરૂપી'એ છોકરાઓને સીનેમા જોવાની સલાહ આપી હોય. સીનેમા કદાચ માનસપલટાની ખાતર, નવી સંસ્કૃતિ અપનાવવાની ખાતર પુખ્ત ઉમરનાં મનુષ્યો જુએ તો કદાચ કોઈ વાંધો નહિ હોય, પરંતુ કાચી ઉમરનાં બાળકોને સીનેમા જોવાથી લાભને બદલે હાનિ જ વધુ થાય છે.

તેમાં પણ જેની આંખો ખરાબ છે તેને સીનેમા જોવાથી બહુ જ નુકસાન થાય છે, માટે આપનો બાળક પોતાની મોજ પુરી કરવા 'બહુરૂપી'ને ખાલી સંડોવે છે. કદાપિ 'બહુરૂપીએ આવી સલાહ નથી આપી તેની હું ખાત્રી આપું છું.

*

(૮૭) રતુભાઈ-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. આપનો વ્યાધિ પ્રમેહ અને ચાંદી. પ્રથમ પ્રમેહ થયો બાદ ચાંદી થઇ. હાલ બેઉ વ્યાધિ દબાઇ ગયા છે. હવે શું કરવું ?

હવે એ શરીરમાં ઉંડા બેસી કાયમનાં થાણાં જમાવે છે. શરીરનાં એકે એક સ્થળને કબજે કરી પછી બળવો જગાવશે, અને આ દુઃખી સંસારથી આપને વૈરાગ્ય નિપજાવશે બાકી ભાઇ, હું કદાચ ચાર પાંચ પાનાં ભરીને આપને તેના પ્રયોગો બતાવું તો પણ એ તમારાથી બની શકવાના નથી. કારણ તમારા વ્યાધિવાળાને મોઢે ચોકડું અને લંગોટે તાળું બાંર મહિના લગાવી દવા આપવામાં આવે ત્યારે જ તમો દુનિયામાં રહેવા લાયક, તન્દુરસ્ત સંતાન પેદા કરવા લાયક અથવા સમાજ સાથે હળવાભળવા જેવા બની શકો. બાકી તો તમે ખુવાર થશો, સેંકડો માણસને તમારા ચેપની પ્રસાદી આપશો અને પત્ની તથા તેથી થનારાં બાળકોને પણ તમારો આ ચેપભર્યો વારસો આપતા જશો !

આ કડવું સત્ય જો ગળે ઉતરતું હોય તો ભાઇ, ગંભીર દરદ માટે ઉપલકીયા ઉપચારો જાણવા કરતાં કોઇ સારા ચિકિત્સક (વૈદ્ય)ને શરણે જાઓ અને આહારવિહારમાં નિયમન કરી શરીર સુધારો. તમે ભુલાવામાં પડયા છો, એટલે તમારા વ્યાધિઓ ઉંઘતા નથી હો ! એ તો તકને જ તાકી રહ્યા છે. તે તમને એવી ગુલાંટ ખવડાવશે કે ઉભા થતાં ત્રણ ભુવન જોવાં પડશે.

(૮૮) છગનલાલ ગાંગજી—વડાળ

આપને બે ચાર વખત દિવસે ઝાડા થાય છે અને બેચાર વખત રાત્રે. તેનો ઉપચાર આપ પુછો છો. સ્થિતિ સારી નહિ હોવાથી દવામાં ખરચ કરી શકો તેમ નથી, વારૂ.

પ્રથમ તો આપને એ જણાવવું જોઇએ કે આપને પ્રથમ મંદાગ્નિ થયો, તેમાંથી અતિસાર અને હમણાં સંગ્રહણી જેવા વ્યાધિમાં આપ આવી પહોંચ્યા છો. તે માટે સારો, સરલ અને બીનખરચાળ માર્ગ છાશ ઉપર રહેવાનો છે. અનાજ અને પાણી છોડી દો. દહીં દરરોજ તાજું મેળવી દરરોજ ત્રણ શેર દુધની છાશ લ્યો. કોઇ દવાની ખાસ જરૂર નથી. માત્ર છાશમાં સીંધાલુણ, મરી, શેકેલી હીંગ અને સુંઠ દર વખતે છાશ પીઓ ત્યારે નાંખીને પીજો.

પેટમાં વાયુ જેવું જણાય તો દિવસમાં બે ત્રણ વખત હીંગાષ્ટક ચુર્ણ અથવા લવણ ભાસ્કર ચુર્ણ લેજો. બેઉ પ્રસિદ્ધ ચુર્ણ છે અને છ આનામાં દશ તોલા બની શકશે અથવા ફાર્મસીમાંથી મળી શકશે.

અઠવાડીયું આ પ્રમાણે કરો. ઝાડા બંધ થશે. મળ પચીને આવશે, આંતરડાં સુધરવા લાગશે.

જો ઝાડામાં લોહી આવતું જણાય તો ગાંધીને ત્યાં જે રાળ છે તે એક પૈસાની એક તોલો આવશે. તેને ખાંડી બારીક ચુર્ણ કરી બે વાલ જેટલું ચુર્ણ છાશ સાથે લઇ લેશો, એટલે તે જ દિવસે ઝાડામાં લોહી દેખાતું બંધ થશે. પછી ફરી એ ચુર્ણ લેવાની જરૂર નથી. પણ છાશ બે મહિના લાગટ લેજો એટલે એ વ્યાધિ ફરી ઉથલો નહિ ખાય. છાશ લેવાનું બંધ કરતી વખતે પ્રથમ છાશ સાથે કણકી (ભાતની) અને મગના પાણીથી શરૂઆત કરજો. ધીમે ધીમે બીજા ખોરાકે ચડજો. બરાબર આરામ જરૂર થઇ જશે.

પરવાળાં આંખનાં માતાજીને છે તે ખુંટી નાંખવા સિવાય બીજો ઉપાય હું જાણતો નથી.

*

(૮૯) મી. એકસ—વડોદરા

ભાઈ, આપનો પત્ર મળ્યો. આપનું ગળું સારૂં નથી. અવાજ ખરાબ છે. ગાઈ શકતા નથી, પણ ગાવા ઉપર પ્રેમ છે. ઠીક છે. પરંતુ આપ માગો છો કે આપનો અવાજ 'સાઈગલ' જેવો થાય.

ભાવના તો મજાની છે. ઉચ્ચ ભાવના રાખવી એ પણ જરૂરી છે. પણ સાયગલ બની શકાતું નથી. અગાઉ અવાજ માટે ચર્ચા થઈ ગએલી છે. કુદરતી ગળાને ફેરવી શકાતું નથી. જો કોઈ કારણવશાત તેમાં ઉપાધિ થઈ હોય તો આપ ડાકટરને બતાવી શકો છો. કાકડા હોય તો તે કપાવી ગળું શુદ્ધ બનાવો અને કોઈ સંગીતશાસ્ત્રી પાસે તાલીમ લ્યો. ભાવના અમુક અંશે જરૂર ફળશે. સાઈગલ બનાવવા કે માસ્તર વસંત બનાવવા એ મારૂં કામ નથી. પુરૂષપ્રયત્ન અને ઇશ્વરકૃપા.

*

(૯૦) સંત્રાવાલા-કરાંચી

આપનો પત્ર મળ્યો. પત્નીને સંતાનની અત્યંત ભૂખ છે. એની ચિંતાએ તે અરધી થઇ ગઇ છે. અનેક ઉપાયો કીધા પણ ફળપ્રાપ્તિ નથી, અને રોજ સંતાન માટેના વલોપાત. એ સ્થિતિ દૂર કરવા માટે ઉપાય માગો છો.

આપણી હિંદની સ્ત્રીઓમાં એક જાતની મનની દુર્બળતા ખૂબ ઘર કરી ગઇ છે. કોણ જાણે તેને સંસાર શરૂ કર્યાને બે ચાર વરસ વીતી ગયાં નથી હોતાં ત્યાં આવા જ વિચારો આવ્યા કરે છે. તમારે

માટેની વાત બાજુ ઉપર રાખીએ તો એવાં કેટલાંયે કુટુંબો મેં જોયાં છે કે જેમણે સંતાનપ્રાપ્તિ માટે કંઇ પણ કરવામાં બાકી નથી રાખી. આપણી જૂની ભાષામાં કહીએ તો પત્થર એટલા દેવ એણે કર્યા હશે.

આપણું સામાજીક જીવન અને આપણા અહીંના રીવાજો પણ વિચિત્ર છે. વહુ આવ્યાને બે વરસ થયાં કે વાતો ચાલીઃ બા, આ ચંદીવહુને ખોળો ભરાતો નથી! બા, આ જીવકોરની કુખ જ વાંઝણી લાગે છે! અને જો બે ચાર વરસ એમ વીતી ગયાં તો તેના મનની વાત તો મનમાં રહી, પણ સગાંવહાલાં, સ્નેહી અને પાડોશી તેની વાતો કરવામાં—જીવ લેવામાં કોઇ બાકી રાખતાં નથી. મારી પાસે આવેલા આવા કેટલાક કેસોમાં મેં જોયું છે કે મોટે ભાગે પુરૂષના વીર્યમાં જ ખામી હોય છે અને તેને સુધારી લેવામાં આવતાં સંતાન જરૂર થાય છે.

આપના લખવા પ્રમાણે આપની સ્ત્રીનું શરીર સારૂં નથી, અટકાવ નિયમિત આવતો નથી, ગર્ભાશયનો દુઃખાવો પણ રહે છે.

જ્યાં સુધી આ દોષો સુધરે નહિ ત્યાં સુધી સંતાન માટે આપનાં પત્ની ગમે તેટલો શોક કરે, વિહ્વળ બને અને બાધા—આખડી રાખે, પણ સંતાન થઇ શકે નહિ. ગ્યોગ્ય ચિકિત્સકને બતાવી, દોષ સુધરે, અટકાવ બરાબર નિયમિત આવે, તેવા ઉપચાર કરો. સાથે આપ પણ આપનું શરીર બતાવી જોજો, મહેરબાન!

(૯૧) એક ભાવનગરી

પત્ર મળ્યો. તોતડાપણા માટે આપ એક કામ કરો. બોલતી વખતે પત્થરના ચણાના દાણા જેવડા બેત્રણ પાંચીકુકા (પત્થરના ગોળ ટુકડા) મોઢામાં રાખો અને બોલો. આ અભ્યાસ કાયમ કરો. જરૂર લાભ થશે. બીજા ઉપાય તરીકે આપ કોઇ નિષ્ણાત ઓપરેશનના કાર્યમાં હુશીયાર ડાકટરની સલ્લાહ લ્યો. જીભના વિકાસકાર્યમાં નીચેની એકાદ નસ જો ખોલવાની જરૂર જણાય તો ખોલાવો. એકાદ મહિનો અક્કલકરાનું ચુર્ણ મધ સાથે ત્રણ ત્રણ રતી લઇ જુઓ. લાભ થવા સંભવ છે.

આપની બહેનના આગળના બે દાંત પડી ગયા છે તેને લાંબો વખત થયો, પણ ફરી નવા આવતા નથી. તેને માટે પેટંટ દવા 'કાલઝાના' આપો. બે ત્રણ બાટલી આપો. દેશી દવા આપવાની ઇચ્છા હોય તો વસંતમાલતી, છીપભસ્મ અને પ્રવાલ ભસ્મ બબે રતી રોજ ત્રણ વખત એક કેળામાં ભરી ખવરાવો. જરૂર દાંત આવી જશે. કેલસ્યમનાં તત્ત્વો વધારવાથી દાંતને લાભ થાય છે અને જલદી બહાર આવે છે. ઉપર બતાવેલાં બધાં કેલસ્યમો છે. વિલાયતી દવા કરો કે દેશી.

*

(૯૨) એક દુઃખી યુવક

તમારો બીજો પત્ર પણ મળ્યો : બીજા પત્રમાં તમારો ગુસ્સો તરી આવે છે. તમો આવા દશ પત્ર લખશો તો પણ જવાબ નહિ જ મળે. ચોક્કસ ગામ, નામ, ઠામ, ઠેકાણા સિવાય જવાબ આપવામાં નથી આવતો.

*

(૯૩) ભાસ્કર—મુંબઈ

આપનાં સંતાનો બાંધો લેતાં નથી. આપ પતિ-પત્ની સંપૂર્ણ નીરોગી છો. બાળકોને ઘણી પેટન્ટો આપી. હવે આપ મારી પાસે ઉપાય માગો છો :

હાલ તુરત બાળકોને નીચેની ગોળી બનાવી આપો :

આહન તો. ૧૦, કમળકાકડીનો મગજ તો. ૧૦, હાઇપોફોસફેટ તો. ૧l, ગોદંતી હરતાલની ભસ્મ તો. ૨ll.

બધાં ઔષધોને બારીક ખરલમાં નાંખો. કાળી દ્રાક્ષના કવાથમાં ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી દરેકને બે ગોળી સવારે, બપોરે, સાંજે આપો. સવારની અને સાંજની ગોળી પછી પાશેર દુધમાં પીસ્તાં વાટીને તો. ૧ નાંખી જરા સાકર એલચી મુકી તેની રાબડી પીવરાવી ઘો. બીજું અનાજ તેઓ ભલે ઓછું લે. બપોરની ગોળી પાણી સાથે આપશો તો પણ ચાલશે. ત્રણ મહિના આમ કરવાથી ઘણો સારો લાભ થશે, બાળકો બાંધો લેશે. તે પછી પણ કદાચ થોડી ઉણપ જણાય તો શિયાળામાં તેમને લસણ પાક આપજો.

*

(૯૪) મી. વાય.—મુંબઈ

આપનો એક હાથ બહુ દુઃખે છે, તે માટે આપ દરરોજ બબે ગોળી 'મહાયોગરાજ ગુગળ'ની ઘી સાથે ગળો, સવાર સાંજ. ખટાશ ખાવી નહિ. અને દુઃખતા હાથ ઉપર ટરપેનટાઇન તથા યુકેલીપટસ એકેક તોલો મેળવી કપુર અંદર પાવલીભાર નાંખી, એ તેલનું માલીસ કરાવશો. આશાતીત લાભ થશે.

આપના છોકરાને સ્નાન કર્યા પછી શરીર ઉપર ખૂબ ચળ આવે છેઃ એ માટે સ્નાન કરતી વખતે કોઇ પણ જાતનો સાબુ વાપરવાનો બંધ કરશો અને ન્હાવાના પાણીમાં કડવા લીમડાનાં પાન નાંખી એ પાણીથી સ્નાન કરાવવાનું રાખશો તો ચળ આવતી બંધ થઇ જશે. છતાં ચળ જેવું જણાય તો તલનું તેલ તો. રા તથા કરંજીયું તેલ તો. રા બન્ને મેળવી તેનું માલીસ સ્નાન પહેલાં અઠવાડિયું કરવાથી કાયમને માટે ચળ આવવી બંધ થશે.

*

(૯૫) ગરીબના બેલી—પેટલાદ ડીસ્ટ્રીકટ

પ્રિય ભાઇ, પ્રથમ આપના પત્રની વિગત આપું. આપ ગરીબ છો, બાલ્યાવસ્થામાં હસ્તમૈથુનની કુટેવ. પછી લગ્ન થયાં. સ્રીસમાગમ કરી ન શકયા. સ્રી વ્યભિચારી થઇ. તેને મારીને કાઢી મૂકી. હવે તમે દુધ, ઘી ખાઇ શકો તેમ નથી, દવામાં પૈસા ખરચી શકો તેમ નથી. 'બહુરૂપી'માં એવો ઉપાય માગો છો કે ખૂબ સુખી થઇ જવાય!

વારૂ, હવે હું પ્રથમ તો એ કહેવા માગું છું કે હું કોઇ કામધેનુ કે કલ્પવૃક્ષ છું કે મારા લખેલા શબ્દો વાંચશો એટલે તમે સુખી થઇ શકો?

દુઃખ તો લાગશે, પણ મને કહેવા દો કે જેઓ સંસારને લાયક નથી, જેઓ સ્રીને સંતોષી શકવાને અસમર્થ છે, જેમને પોતાના શરીરનું પણ પોષણ કરવાની તાકાત નથી તેમને લગ્ન કરવાનો શો હક્ક છે?

તમે જાણતા હતા કે બુરી કુટેવથી તમો નાલાયક બન્યા છો, તો પછી લગ્ન કરવાનો ઇન્કાર કાં ન કર્યો? શા માટે એક ગભરૂ નિર્દોષ બાળાનું પાણિગ્રહણ કરીને તેનો ભવ બગાડયો? બહેતર હતું કે તમો એકલાએ જ બાંધી મૂઠી રાખી, જીંદગી પાર કરવી હતી. આ બધું તમારી નજર સામે હતું. છતાં પત્નીરૂપ એક રમકડું તમે

સંપાદન કર્યું. પછી તમે એમ માનતા હશો કે પતિ નપુંસક હોવા છતાં પત્નીએ પણ એવું જ જીવન ગાળી જીંદગી વીતાવવી !

જરૂર આર્યમહિલાએ વ્યભિચાર કરવો એને હું દોષપાત્ર ગણું છું. પરંતુ આજનાં સમાજબંધનો તમે જાણો છો. એક વખત લગ્ન-ગ્રંથીથી જોડાઇ ગયા પછી તેને એ બંધન ગમે તેવી ગુંગળામણ-માંથી પણ મુક્તિ નથી આપી શકતાં. આજ રોજબરોજ બનતા આપઘાતના, સળગી જવાના, કુવે પડવાના, અથવા નાસી છુટવાના કિસ્સા સંભળાય છે. તેમાં પડદા પાછળ સ્ત્રીઓને આવી અને આવી જ કોઇક યાતનાઓ ભોગવી પડતી હોય છે અને તેની મુક્તિ માટે ઉપરનો એક રસ્તો એ લે છે. બીજું એ કરે પણ શું ?

ભદ્ર સમાજ કહેશે કે પતિવૃતા સ્ત્રીને આંધળો, લુલો, લંગડો, કોઢીયો, અથવા નપુંસક ગમે તેવો પતિ મળે એ તેને પ્રભુ તુલ્ય છે. મન, કર્મ, વચને એણે એમાં રાચવું જોઇએ !

પરંતુ એ પતિવૃતા સ્ત્રીના ધર્મ લખનાર પુરૂષોએ પુરૂષ હોઇને સ્ત્રીને પોતાની નજર સામે એક ભોગ્ય પદાર્થ ગણી ભોક્તા તરીકે ધર્મ-નિયમો ઘડયા છે. તેમને પોતાની ભગિની, પુત્રીના આર્તનાદો તે વખતે યાદ આવ્યા હોત તો તેમનાં આ મંતવ્યો જુદાં પડત.

મારા જાણવામાં એવા એક બે કિસ્સા છે કે જેમાં સ્ત્રીઓ નપું-સક હતી (યોનીમાર્ગ જ નહિ.) તેમને સાસરે વોળાવી અને પાછી પીયર આવ્યા પછી તેમના પિતાને જમાઇરાજે કહેવરાવી મોકલેલું કે તમારી પુત્રી સંસારને યોગ્ય નથી એથી મને બીજું લગ્ન કરવાની ફરજ પડે છે. ઠીક ભાઇ !

પરંતુ એમાં વાંધો શો ? પુરૂષને તો એક નહિ અને અનેક લગ્નો કરવાની આપણો ધર્મ અને કાયદો છુટ આપે છે. એ તો પત્ની નપુંસક હતી. પરંતુ તે સંસારલાયક હોય છતાં ત્રીજે દિવસે પતિ એના ઉપર બીજી સ્ત્રી કરે તો પણ તેને કોણ રોકટોક કરે તેમ છે ?

પુરૂષ ભોક્તા છે, સ્ત્રી ભોગ્ય છે. એ પાયા ઉપર તો સ્ત્રીધર્મની ઇમારતો ચણાઇ છે, અને એનું પતન, દુઃખ, પરાધીનતા, એક પશુથીએ બદતર છે. આથી વિશેષ ચર્ચા નહિ કરૂં.

આપને માટે વગર પૈસે, ઉત્તમ ખોરાક લીધા વગર શક્તિમાન થવાય એવો કોઇ ઉપાય મારી જાણમાં નથી. પુરૂષત્વ લાવવા માટેના પ્રયોગો ખર્ચાળ છે. તેની પાછળ દુધ, ઘી, મલાઇ, માખણનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. કેવળ દવાઓ શરીરમાં તાકાત વધારી નાંખતી હોય, પુરૂષાતન આપી દેતી હોય, એમ હું માનતો નથી. તેમ નથી કોઇ એવી દવા મારી જાણમાં કે હું તમને જણાવું કે તમે બોરડી, બાવળ કે લીંમડાનાં પાંદડાં મૂઠીભર ખાઇને પહેલવાન બની જાઓ! મારા જવાબથી તમને અસંતોષ થશે એમ હું પણ માનું છું. પરંતુ સંતોષ આપવાનો માર્ગ હજી મને મળ્યો નથી. હું કોઇ મહા પુરૂષ હોત તો આશીર્વાદ આપી દેત: 'બચ્ચા, બન જા પહેલવાન!'

*

(૯૬) મોહનભાઇ હીરસંગ–મોભા

આપને સારણગાંઠ છે. શરીર અશક્ત છે. ઓપરેશન થઇ શકે તેમ નથી. શું કરવું?

સારણને આપણે ગાંઠ માનીએ છીએ, પણ શરીરની બીજી ગ્રંથીઓની માફક એ કોઇ ગાંઠ નથી પરંતુ ઉદરપટલ નામનો એક પડદો પેટની નીચે આવેલો છે તે ઠેકાણે કોઇ જોરનું કામ કરવાથી, વધુ પડતો ગેસ થવાથી, જોરદાર વસ્તુ ઉચકવાથી, ત્યાં છીદ્ર પડી જાય છે અને તે છીદ્રમાંથી આંતરડું નીચે ઉતરે છે. એ નીચે ત્યારે જ ઉતરે છે કે જ્યારે કબજીયાત હોય, પેટમાં પવન થયો હોય કે ખોરાક ન પચ્યો હોય. એથી પવનનો અવરોધ થાય છે અને નીચે દબાણ કરે છે. એટલે છીદ્રમાંથી આંતર નીચે ઉતરી આવે છે.

તેને સારણુવાળો દરદી યુક્તિથી ઉપર ચઢાવી દે છે અને ચડતી વખતે તે બ-બ-બ એવા અવાજ સાથે ઉપર ચઢે છે.

આ માટે એક પટ્ટો આવે છે. તે બરાબર તે જ જગ્યાએ દબાણુ કરી રાખે છે, કે જ્યાંથી આંતરડું નીચે ઉતરતું હોય. એટલે પ્રથમ પંક્તિએ આ પટ્ટો પહેરવો એ સરસ છે.

બીજું કબજીયાત ન રહે, વાયુ ન થાય, તેની કાળજી રાખવી. વાયુકર્તા ખોરાક છોડવો.

ત્રીજુ શિર્ષાસન કરવું અને તે વધારતાં પા કલાક સુધી થઇ શકે તેટલું નિયમિત કરવું.

ચોથું આરોગ્યવર્ધિની બે વાલ સવારે તથા બે વાલ સાંજે દુધ સાથે લેવી. રાત્રે દરરોજ ઉંચી જાતની હરડે તો. ૧૦ અને સુંઠ તો. ૧ સાથે ખાંડી તેની ફાકી પાવલીભાર સુતી વખતે લેવી. ઉપરના ઉપચારો અને કાળજી રાખવાથી સારણુ નીચે ઉતરતી બંધ થશે અને છ મહિના લાગઠ નહિ ઉતરે એટલે વચલું છીદ્ર સાંકડું થઇ જશે. ફરી નીચે ઉતરવાનું બંધ થશે. (આરોગ્યવર્ધિની શાસ્ત્રીય પાઠ છે અને ફાર્મસી અથવા વૈદ્યને ત્યાં મળશે. નંબર પહેલાની લેવી.)

*

(૯૭) ભાઇ વિનોદચંદ્ર-મુંબઇ

આપનો પત્ર મળ્યો. મારા પોતાના માટે આપની કેટલીક સલાહ બાબત આપનો પ્રથમ તો હું આભાર માની લઉં.

હવે આપ લખો છો કે મારે 'બહુરૂપી'ના બદલે કોઇ બીજા આપની દષ્ટિને સારા લાગતા પેપરમાં લખવું. કારણુ કે સારા પેપરના વાચકો હાઇકલાસ હોય છે એમ આપ માનો છો.

પ્રથમ તો હું એમ પૂછું છું કે હાઇકલાસ વાચક અને સારા પેપરનો અર્થ શો? હું તો એને જ હાઇકલાસ કહી શકું કે જે પેપર માણસના માનસ ઉપર જુગુપ્સા પેદા ન કરતું હોય, જેનું વાચન નિર્દોષ હોય.

જેમાં પ્રેમી પ્રેમિકાના કિસ્સા ભર્યા હોય, જેમાં ખટપટ, કાવાદાવા, ટીકાત્મક લેખો, અર્થહીણુ ખોદણી હોય અને જે હુંશાતુંશીથી ભરચક હોય, એવું વર્તમાનપત્ર મનુષ્યના માનસ ઉપર કેવો વંટોળ પેદા કરે છે અને કયાં ઘસડી જાય છે? વાચનથી જ્ઞાનવૃદ્ધિ જરૂર થાય છે પરંતુ કેટલુંક જ્ઞાન એવું પણ છે કે તે મનુષ્યના જીવનમાં પલટો કરાવી આપે છે.

વળી હાઇકલાસ કહેવાતા વાચકોએ તો બહુએ પુસ્તકો વાંચ્યાં હોય છે, અને અનેક ગ્રંથોના વાચન પછી તેમનું મનરૂપ નાવડું ભરદરિએ ઝુલતું હોય છે. એટલે કોઇ વાતની તે સ્થીરતા કરી શકતા નથી.

'બહુરૂપી'નો વાચક બાળક છે અને યુવાન છે, પુરૂષ છે અને સ્ત્રી પણ છે. માબાપો ખુશીથી બાળકને વાંચવા 'બહુરૂપી' આપે છે, પતિ ખુશીથી પત્નીને 'બહુરૂપી' વંચાવે છે. 'બહુરૂપી' એ નિર્દોષ વાચન છે. નથી તેમાં પ્રેમના કિસ્સા, નથી ધૃણાભર્યા ટીકાત્મક લેખો. તેમાં છે ફસાવાથી બચવાના ઉપાયો, સહાસિકતા, સ્વાવલંબીપણું, બુદ્ધિચાતુર્યના માર્ગો, અને સ્વાસ્થ્યરક્ષાના ઉપાય. તેમાં એવું જ વાચન પિરસવામાં આવે છે. એથી ભાઇ ને બહેન, પતિ ને પત્ની, પિતા ને પુત્ર ખુશીથી એકી સાથે 'બહુરૂપી' વાંચી શકે છે. અને મારા માટે 'બહુરૂપી' યોગ્ય છે તથા હું 'બહુરૂપી'ને લાયક છું. મારા લેખો એ સત્ય ઘટનાભર્યા સાચા જ્ઞાનથી ભરપુર છે. વાણીવિલાસ, આડંબરી ભાષા અને જોડકણાંથી ઉપજાવેલી નવલિકાનો હું લેખક નથી.

*

(૯૮) સુશીલા બહેન–મુંબઈ નં.૭

બહેન, આપનો પત્ર મળ્યો. દુઃખ અને કંટાળાભર્યા પત્રથી ખરેખર મને દયા અને લાગણી પેદા થાય છે. આપનો પ્રશ્ન છેઃ ઉંચાઇ વધારે, શરીરનો વર્ણ શ્યામ, મોઢા ઉપર રૂંવાટી હોય, ઉપર પુરૂષની માફક આછી મૂછની આકૃતિ. એવી રીતની કદરૂપતાને કારણે આપના પતિને આપ ગમતાં નથી, પતિના કુટુંબમાં તિરસ્કાર અને અપમાનને પાત્ર બન્યાં છો. આ દુઃખથી આપે આપઘાતની ઇચ્છા કરેલી પણ આપની સખીએ બચાવી લીધાં અને આપે મને એ બાબતમાં માર્ગ બતાવવા પત્ર લખ્યો.

વારૂ, બહેન! તમારી હાલતને માટે જવાબદાર પ્રથમ તો તમારાં માતપિતાને હું ગણું છું. કારણ કે સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીત્વને બદલે પુરૂષ જેવાં અંગઉપાંગો થવાનું કારણ માતાપિતાનો સમાગમકાળનો દોષ છે.

આયુર્વેદશાસ્ત્ર કહે છે કે ઋતુકાળ પછી પતિપત્નીના સમાગમ વખતે પુરૂષ નીચે રહી પત્નીને ઉપર રાખી સમાગમ આદરે છે એટલે પુરૂષયોગ્ય ક્રિયાને સ્ત્રી કરે છે અને એ વખતના સમાગમથી જો પ્રજા રહે છે તો એ પ્રજા વિરૂદ્ધ જાતિની પ્રકૃતિ અને અંગોવાળી ઉત્પન્ન થાય છે તથા હાવભાવવાળી પ્રજા થાય છે.

તે જન્મથી મરદ હોવા છતાં તેનું બોલવું ચાલવું, હાવભાવ અને વાણી સ્ત્રી જેવાં હોય છે. જેવી રીતે પુરૂષ આ પ્રમાણે નારીજાતિના સ્વભાવના જોવામાં આવે છે, તેવી રીતે સ્ત્રીઓ પણ પુરૂષના જેવાં આચરણવાળી, અર્થાત મોઢા ઉપર આછી મૂછ, શરીરનો દેખાવ, ચાલવાની ગતિ, અવાજની બરસટતા વગેરે પુરૂષ પ્રકૃતિનાં ચિહ્નો જણાય છે.

પરંતુ એવાં સ્ત્રી અથવા પુરૂષ સંસારને લાયક હોતાં નથી એમ નહીં. તેઓ સંતતિ પેદા કરી શકે છે અને સંસાર પણ ચલાવી શકે છે. માત્ર તેમનામાં સ્વજાતીય સુંદરતા ઓછી હોય છે.

એટલે તમને સુંદરતાની ઓછપનો વારસો માતપિતાએ આપ્યો છે, અને તમારી કુરૂપતા માટે તેઓ જ જવાબદાર છે. કુદરતે આપેલા શરીરને ઉપચારથી ફેરવી શકાતાં નથી. અર્થાત શ્યામ ચામડી ગોરી નથી બનતી, ઉંચાઇમાંથી ટુંકા નથી બનાતું અને જન્મના સ્વભાવો પણ બદલાવી શકાતા નથી.

પરંતુ આપનાં લગ્ન કરતી વેળાએ આપને માટે પતિ પસંદ કરતી વખતે આપનાં માતાપિતાએ બીજી પણ ગંભીર ભૂલ કરી છે. આપને કદરૂપો જન્મ આપ્યો એ ભૂલ કરીને એ અટક્યાં નથી. પરંતુ તમારી શારીરિક સ્થિતિને સમજતાં પણ તેઓ ભૂલ્યાં છે.

કેટલાક પુરૂષો પત્ની પસંદ કરવામાં અતિ સુંદરતાને નજર સામે રાખે છે. કબૂલ કરવું ઘટે છે કે માનવસ્વભાવમાં સૌંદર્ય પ્રત્યે પ્રીતિ રહેલી છે. પરંતુ તેનો પણ આધકાર અને હદ હોય છે. સૂર્યનો પ્રકાશ અત્યંત સુંદર અને પ્રિય છે છતાં ઘુવડને તે અપ્રિય થઇ પડે છે.

એટલે પોતાના સ્વરૂપને છાજતી સામેની સુંદરતા પણ હોવી જોઇએ.

એવી જ રીતે પુત્રી માટે પતિ પસંદ કરનાર પિતાએ પ્રથમ પુત્રીની યોગ્યતા, તેના ગુણ, સ્વરૂપ અને સ્વભાવનો બરાબર અભ્યાસ કરીને ત્યારપછી તેને માટે પતિ નિર્માણ કરવો જોઇએ. કેટલીક વખતે ધનવાન, આબરૂદાર અથવા મોટાઇના પ્રવાહમાં તણાતા પિતાઓ, કુળવાન અને રૂપવાન પતિ મળવાથી પુત્રી સુખી થશે એમ માને છે; અથવા આબરૂદાર કુળમાં પોષાય એવા પુત્રીના દેદાર ન હોવા છતાં લાગવગ, શરમ, લાંચ, (ચાંદલો) આપીને પણ પુત્રીને સારે ઠેકાણે વરાવી સારૂં કહેવડાવવા અને દુનિયાનો જશ ખાટવા બનતું કરી, ભવિષ્યનો વિચાર કર્યા વગર પુત્રીને પરણાવી પારકી

કરે છે; અને પછી થેાડા દિવસમાં સ્વભાવ, ગુણ અને સ્વરૂપનાં કજોડાં નીપજવાથી પુત્રીને પોશપોશ આંસુએ રડવું પડે છે અથવા જીંદગીનેા અંત આણવાનેા પ્રસંગ કદાચ આવી લાગે છે. માતપિતાની ખેાટી મમતા, દંભ અને સમાજનાં દુષ્ટ બંધનેાથી થયેલાં આવાં લગ્નેાની આગમાં સેંકડેા યુવતીઓ ભડ ભડ બળી રહી હોય છે. એનાં છુપાં આંસુ અને હૃદયની વેદના અસહ્ય હેાય છે. તેઓ જ્યારે એ નશ્વર શરીરનેા અંત આણે છે અને થયેલા આપઘાતનેા એકરાર છેવટની ઘડીએ કરે છે ત્યારે મૂર્ખ માતાપિતાની આંખ ઉઘડે છે.

બહેન, તમારા પિતાએ તમારેા સંબંધ કરતી વખતે પહેલેા વિચાર કરવેા જોઇતેા હતેા. પેાતાની પુત્રી ઓછા સ્વરૂપવાળી છે, માટે જેને માણસની જરૂર છે, જે સ્વરૂપનેા નહિ પણ ગુણનેા, સાચા સહૃદયીપણાનેા, કુશળ પત્નીનેા ગરજુ છે એવા પતિની પસંદગી કરી હેાત તેા તમારે રડવાનેા આ સમય ન આવત.

આપણા જ્ઞાતિના વાડાએા અત્યારે એવા કેટલાય વિદ્યમાન છે કે જેમાં પુરૂષેા બે અક્ષર ભણ્યા હેાય, પેાતાનું ગુજરાન સારી રીતે ચલાવવા શક્તિમાન હેાય, પરંતુ તેમને કન્યા મળતી નથી. એક કારણ એ હેાય છે કે બેચાર હજાર રૂપીઆ કન્યા લાવવા માટે તેને જોઇએ છે અને મહા મહેનતે એકાદ કન્યા તે સંપાદન કરે છે, તેા જીવનમાં અમૂલ્ય–મહામૂલ્ય વસ્તુની પેઠે તેને સાચવે છે, તેની કીંમત કરે છે. બીજું કારણ એ કુળમાં ઉતરતેા હેાય છે એટલે ઓછેા કુળવાન્ હેાવાથી બીજા ગમે તેવા સદ્ગુણેાથી યેાગ્ય હેાવા છતાં કુળવાનપણામાં અંધ બનેલાંઓની પસંદગી તેના ઉપર ઉતરતી નથી. એટલે એમને આખી જીંદગી કુંવારા રહેવાનું હેાય છે.

આ તેા જાણે પુરૂષની વાત થઇ. કન્યાઓમાં પણ આવી જ દુઃખદાયક સ્થિતિ છે. એક વર્ગ કન્યાવિક્રય કરનારેા છે, જ્યારે બીજો વર્ગ સાતસેા અને તેરસેાનેા ચાંદલીએા કુળવાન વર શેાધનારેા પણ છે.

આ વરવિક્રય અને કન્યાવિક્રયના મહા પાપે વિશેષ શેાષાવું તેા સ્ત્રી જાતિને પડયું છે. જ્ઞાતિ અને વાડાએાનાં ગુંગળામણ અસહ્ય થઇ પડવાથી એ બંધનેા જેનાથી તેાડી નથી શકાતાં, તેએા એ બંધનને ટપી જઇને આંતરજાતીય લગ્નેા કરી જ્ઞાતિ તથા સમાજબંધન, બન્નેની લેાહશૃંખલાએા–વર્તુલેાથી એટલાં દૂર દેાડી જાય છે કે પછી તે પેટ ભરીને દીર્ઘશ્વાસ લઇ શકે છે, તેમની બધીએ ગુંગળામણેા તેથી નાશ થઇ જાય છે.

એટલે આપના પિતાએ આપને માટે જે પતિ શેાધ્યેા છે તેને બદલે જરાક એાછા સ્વરૂપવાળેા, એાછા કુળવાળેા, સહૃદયી અને સ્ત્રી એ પણ મનુષ્ય છે એટલું સમજનારેા પતિ શેાધ્યેા હેાત તેા પણ ઘણું હતું.

હવે તેા બહેન, તમારે મૂગા મેાઢે દુ:ખ સહન કરવાનું છે. પતિને કેાઇ રીતે તમે ઉપયેાગમાં ન આવી શકેા તેમ હેાય તેા તેમને તમારે ઘણી ખુશીથી સ્વરૂપવાન બીજી પત્ની કરવાની છુટ આપવી. તમે જો છુટાછેડા કરવાને લાયક જ્ઞાતિનાં હેા તેા તમારે છુટાછેડા કરી લઇ, કેાઈક ઉદ્યોગ, કળા અને હુનર શીખીને સ્વાવલંબી રહી શકાય, સ્વતંત્રતા જાળવી શકાય એટલાં તૈયાર થઇ જવું જોઇએ. અને છુટાછેડા ન કરી શકેા તેા એ ઘરમાં–પત્નીનેા પત્ની તરીકેનેા મેાહ–માન્યતા છેાડી એક ઘરની દાસી જેટલેા અધિકાર માની મૂગા મેાઢે સેવા કરવા લાગશેા, એટલે તમારે માટેનું વાતાવરણ બદલી જશે. આપણાં દંભી ઘરસંસારીએાને વશ કરવાં હેાય તેા એક સેવા કરવા સિવાય બીજો કેાઇ ઉપાય નથી.

પરંતુ બહેન, આવા મનુષ્યદેહનેા આત્મઘાતથી વિનાશ કરવેા એ યેાગ્ય નથી. શરીર એ તેા જડ વસ્તુ છે. એ સ્વરૂપવાન હેાય કે કદરૂપું હેાય એથી આત્મા કેાઇ રંગરૂપથી લેપાતેા નથી. એનેા અકાળે ઘાત કરવેા એ ઠીક નથી.

મનુષ્યશરીરનું પતિને પસંદ કરવાનું અને સંસારમાં સંતાનોનો વધારો કરવાનું જ માત્ર ઇતિકર્તવ્ય નથી, હો બેન ! મનુષ્યશરીર એ તો મહાન વસ્તુ છે. તે ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષ, ચારે પુરૂષાર્થ સિદ્ધ કરી શકવાને સમર્થ છે. તમે ધારો અને સંસારનો, સાસરાનો, પતિનો મોહ છોડો તથા 'વસુધૈવ કુટુંબકમ્'ની ભાવના નજર સામે રાખો તો એક સંસારી પતિની પત્ની કરતાં તમે આ દુનિયા માટે ઘણું કરી શકો.

આપણે આપણા વિચારોના ચોકઠામાં બેસારેલા આત્માના સાચા પ્રકાશને જોઇ શકતા નથી અને તેની શક્તિનું માપ ખોટી રીતે કાઢી બેસી રહીએ છીએ અને જ્યાંસુધી કસોટીની સરાણ ઉપર તેને ઘસવામાં આવતો નથી, જ્યાંસુધી તેના પેલ પડતા નથી ત્યાંસુધી તેનો પ્રકાશ ફેલાતો નથી, તેની ચમક નજર ઉપર આવતી નથી.

પ્રથમ દુર્બળતા છોડી દો, માન-અપમાનની ભાવના કાઢી નાંખી, સદ્ગુણોની છાયા બિછાવવા લાગો. તમારાં ટીકાકારો, વિરોધીઓ અથવા ઘરમાં પતિ અને નણંદ, સાસુ, વગેરે માટે પણ એક વખત એક ક્ષણ માટે પણ ખોટા વિચાર, પ્રતિસ્પર્ધીપણું ન લાવો, અને શાન્તિથી સહનશીલતા, નમ્રતા, સેવા, અને સદ્ગુણનો વરસાદ વરસાવો. જુઓ પછી તે તમારા કુરૂપને ભૂલી જશે.

બીજું, આપને માટે ઉપચાર શું બતાવું ? શરીરબદલો થઇ શકે એવા કોઇ ઉપચારો હોતા નથી. માત્ર મોઢા ઉપરની રૂંવાટી માટે રાત્રે પ્રથમ ગરમ પાણીથી મોઢું અને મૂછનો ભાગ ધોઇ નાંખી આખા મોઢા ઉપર છાણાની રાખોડી લગાવી જાડા ટુવાલથી જોરથી ઘસવાથી રૂવાંટી જતી રહેશે. દરરોજ એ પ્રમાણે કરવું જોઇએ. એક દિવસ માત્ર બળ અજમાવવાની જરૂર નથી. પાંચ પંદર દિવસ હમેશાં એમ કરવાથી સારો લાભ થશે.

*

(૯૯) શ્રી. વાચક—સુરત

પત્ર મળ્યો. આપના સવાલોના જવાબમાં—(૧) કંઠને કોમળ બનાવવા માટે તેલ, મરચાં, આમલી વગેરે કંઠ બગાડનાર પદાર્થો ખાવા નહીં જોઇએ. પાન ખાવાથી કંઠ સુધરે છે તે વાત ખરી છે, પરંતુ એ પાન તમારી જાતે બનાવેલું હોવું જોઇએ અને તેમાં સોપારી, તમાકુ વગેરે ન હોય. નિયમસર પાન ખાવાથી કંઠને લાભ કરે છે. 'પુત્રદા અને પારણું' એ પુસ્તકમાં પાન સાથે ધાણા ખાવાનું લખ્યું છે તે બરાબર છે.

(૨) શરીરમાં ગરમાઇ મટાડવા માટે કોઇ પણ દવા કરતાં કાળી દ્રાક્ષ દરરોજ દશ તોલા લેવામાં આવે અને રાત્રે સુતી વખતે સારી જાતની હરડે પાવલીભાર પાણી સાથે લેવાય તો પણ સારૂં છે. ગુલકંદ, આંબળાનો મુરબ્બો, લીંબુનું શરબત, ખસનું શરબત, વગેરે ગરમાઇ મટાડનાર છે. એવા પદાર્થો લેવાથી શરીરમાંની ખોટી ગરમાઇ મટી જાય છે. શરીરમાંથી આવી ખોટી ગરમાઇ મટી જવાથી શરીર ઉપરના ખીલ નાબૂદ થશે.

*

(૧૦૦) શ્રી. રામ—કરાચી

આપના દર્દની સ્પષ્ટતા મારે કરવી ઠીક નથી. જેવી સેંકડો યુવાનોની ફરિયાદ છે તેવી તમારી છે. છતાં તમારી ફરિયાદમાં એક રામકહાણી છે.

એક માણસ કુહાડી લઇને પોતાનાં બકરાંને માટે ચારો પાડવા, એટલે નીચે ઉભેલાં પોતાનાં બકરાંને ઝાડનાં પાંદડાં ખવડાવવા માટે ઝાડ ઉપર ચઢે, પછી એક ડાળ ઉપર બેસીને તે ડાળને કાપનારો પાંદડાં પાડી નથી શકતો; પણ પોતે જ પડે છે. એટલે સામી પાર્ટીને સંતુષ્ટ કરવાની ખાતર પોતાના શરીરમાં તાકાતનું દેવાળું હોવા

છતાં અને સમાગમ પછી નબળાઇ, ચક્કર, તોડફોડ અને મૃતપ્રાયઃ અવસ્થા ભોગવનાર માણુસ દલીલ કરે કે બીજાની સંતુષ્ટતાની ખાતર મને મોતના મુખમાં જવાથી ફરજ પડે છે એ પણ આશ્ચર્યકારક ઘટના છે.

ચંદ્રોદય જેવી કોઇ સારી વસ્તુ હમેશાં લ્યો અને સમાગમ પહેલાં તૈયાર કરી રાખેલું ગરમ કરીને ઠારેલું અર્ધો શેર દૂધ પીઓ તથા અઠવાડિયાથી વધુ ગાળો સમાગમકાળનો રાખો તો ટેકો રહેશે. સમાગમ પછી તુરત પાણી પીનાર સ્ત્રી-પુરૂષ બન્નેને ભયંકર રોગ થાય છે તે ખ્યાલમાં રાખવા જેવું છે. બીજું એ કે આવક પ્રમાણે ખરચ કરનાર જ ઇજ્જત બચાવી શકે છે એ પણ ભૂલવું નથી જોઈતું.

*

(૧૦૧) છોટુભાઈ પ્રાણશંકર દવે—સુરત

ઘણો વખત સળેખમ રહેવાથી ઘ્રાણુશક્તિ એટલે કે ગંધ-દુર્ગંધ પારખવાની શક્તિ નાબુદ થઇ ગઇ છે તેના ઉપાય માટે—

૧ ખાવાની—મહાલક્ષ્મીવિલાસ રતી ૨, શિતોપ્લાદિ ચૂર્ણ રતી ૪, બાર પહોરી પીંપર રતી ૧॥—એક વખતનું માપ.

આ માપથી દિવસમાં બે વખત સવાર સાંજ મધ સાથે લેવાનું રાખો.

૨ સુંઘવાની—ગાયના ઘી તો. ૧૦ માં જાસુદના ફૂલ તો. ૨, અરણીનાં પાન તો. ૧—બન્ને નાંખી ચુલા ઉપર ચઢાવી ગરમ કરવું. ફુલ અને પાન લાલ રંગનાં થઇ જાય એટલે નીચે ઉતારી ગાળી લેવું. ત્યારબાદ તેમાં એસીડ કાર્બોલીક તો. ૧ નાંખી, એ ઘીને એક શીશીમાં ભરી રાખો. દિવસમાં બે ત્રણ વખત જરા ગરમ કરી સુંઘવાથી સળેખમ નાબુદ થશે, ઘ્રાણેન્દ્રિય સતેજ થશે અને ગયેલી ગંધ-દુર્ગંધ પારખવાની શક્તિ પાછી આવશે. દસ્તની કબજીયાત ન થાય તેની કાળજી રાખશો અને પ્રાણાયામ કરવાનો અભ્યાસ રાખશો. જરૂર સફળતા મળશે. આ ઇલાજો અનુભવસિદ્ધ છે.

*

(૧૦૨) શ્રી. કે. એમ. શાહ—મુંબઇ

પ્રિય ભાઇ! આપનો પત્ર મળ્યો. પત્ર માંહેની સંપૂર્ણ હકીકત વાંચી. આપના પત્રનો સારાંશ આ છે: ધનવાનના પુત્ર. ઘરમાં માતા સિવાય કોઇ નહિ. મિત્રોની સંગતે વેશ્યાઓનો સંબંધ. દોઢ વરસથી લગ્ન. પત્ની દરેક રીતે યોગ્ય હોવા છતાં વેશ્યા જેવો પ્રેમ નહિ બતાવી શકવાથી, પત્ની સાથેનો સમાગમ તુચ્છ અને અરસિક લાગે છે. તે ગમે તેટલો પ્રેમ બતાવે છતાં વેશ્યા જેટલો આનંદ નથી આપી શકતી. અને હવે શું કરવું એ વિષે માર્ગ પૂછો છો:

તમારા કથનમાં એક વિશેષતા જોઇ છે. તમે એટલું માનો છો કે પત્ની સાચો પ્રેમ કરે છે છતાં અરસિક લાગે છે, અને વેશ્યાનો ખોટો બનાવટી પ્રેમ છતાં રસિક લાગે છે.

રસિક લાગવા છતાં ખોટો એ ખોટો અને અરસિક લાગવા છતાંય સાચો એ સાચો. અને એ રીતે સાચા–ખોટાનો ભેદ તમારી બુદ્ધિએ સ્વીકાર્યો છે તથા તમે સમજતા થયા છો, એ પણ પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની તમારી ઉપર થોડીક રહેમ છે ખરી.

યુવાન અવસ્થા, લક્ષ્મી, હોદ્દો અથવા મોટાઇ અને અવિવેકીપણું એ ચારે પૈકી એક હોય તો પણ તે અનર્થ કરનાર છે, અર્થાત કુમાર્ગે લઇ જનાર છે. તો પછી જ્યાં એક જ ઠેકાણે ચારે વાનાં હોય અર્થાત્ યુવાની હોય, લક્ષ્મી ભરપુર હોય. ઘરમાં કોઇ કહેનાર–પાછો વાળનાર ન હોય અને પોતે કરી રહેલ કામ સારૂં છે કે નઠારૂં તેને સમજવાની વિવેકબુદ્ધિ ન હોય તો તેનાથી કયો અનર્થ ન થઇ શકે? ભાઇ, એ જાતના આપ છો. લક્ષ્મી, મોટાઇ, યુવાની, અને વિવેકરહીતપણું એ ચારે વાનાં આપનામાં છે. એટલે

આપ વેશ્યાની સોબત કરો, ઉપદંશ–ચાંદીના ભોગ બનો, પછી પત્નીને તમારી પ્રસાદી આપો ! એ સિવાય બીજું તમે કરો પણ શું ?

ગર્ભશ્રીમંતના બાળકોની સેંકડે પોણોસો ટકા આ જ હાલત દેખાય છે. કઇ દિશાએ સૂર્ય ઉગે છે અને ક્યાં આથમે છે તેનું એમને ઘણું ઓછું ભાન હોય છે. ભાઇ, ગરીબ યુવાન બિચારા મુસીબતે નિર્વાહનાં સાધનો સંપાદન કરી પોતાના ગુજરાનની વેતરણમાં પડયા હોય અથવા ક્યાંકથી સ્કોલરશીપો કે મદદો મેળવી વિદ્યાભ્યાસ કરતા હોય તેમને આવી મસ્તીઓ ક્યાંથી સાંભરે ? અને નિર્ધનની દોસ્તી કરનાર પણ ઓછા મળે છે. જેમાં લોહી નથી તેને માંકડ શા માટે કરડે ? એ તો લોહીથી લચપચતાને દંશથી નવાજે છે કે જેથી મીઠું લોહી ચુસવા મળે.

શ્રીમંતના બાળકો બાલ્યકાળથી જ મોજશોખથી ટેવાયલા હોય છે. તેમના આહાર, વિહારમાં અને હરવા–ફરવામાં વિલાસ અને વૈભવ ઝળાં ઝળાં થઇ રહ્યા હોય છે. શરૂઆતમાં નિર્દોષ વૃત્તિથી એ વૈભવ વિલાસને તે ભોગવે છે. પરંતુ વાસના એમાંથી જ જન્મે છે અને તે પોતાની તરફ બહુ જલદી ઘસડી જાય છે. કારણ કે વિલાસ અને વાસનાની વચગાળની કેડી આરસના જેટલી સુંવાળી અને લપસણી છે.

ધનવાનમાં સંયમ કેવો ? એ સંયમનાં સ્વપ્ન પણ તે જોઈ શકતો નથી. સંયમ અથવા મર્યાદામાં રહી વૈભવની મોજ માણનાર એને કંજુસ લાગે છે અને એ છુટા દિલે દુનિયાનાં પંચરંગી બગીચામાં ફરવા લાગે છે. પછી તેના મિત્રો તેને જુગાર, વ્યસનો, વેશ્યા, અને વ્યભિચારની લત લગાડે છે. કેમકે એવી લત લગાડયા સિવાય મિત્રો ધનિકની ગળચટી સુખડી મેળવી શકતા નથી.

પરિણામ એ આવે છે કે એ ધનવાનનો પુત્ર દુનિયાના સજ્જન-પણામાં રહી શકતો નથી. તેને કાં તો લક્ષ્મીનું દેવાળું કાઢવાનું હોય છે, કાં બુદ્ધિનું, અને કાં તો છેવટે પુરૂષત્વનું તો જરૂર.

હવે વેશ્યા એ તેા વેશ્યા જ છે. એનેા પ્રેમ કેવેા છે? ધનનું હરણ કરવાનેા! અને એેની ટાપટીપ કવિત્વમાં કરી એ તેાઃ

'ચંદ્ર સમ મુખ તેરેા ભૃકુટી વિશાલ ભાલ,
ચંચલ છે ગાલ બાલ ભુજંગ સમાન હૈ;
નૈનનમેં દેાઉ ભરે કાજળ અનંગ સ્થાન,
ભાન ભૂલ જાય સ્તન ગૌરે ગુલાબ હૈ;
બાંકી લટક ચલે કટીક કટક દેખ,
દુબલી ઉદર પર નાભિ વિશાલ હૈ;
'યાદવ' કહેજી તેરેા રૂપ બહેાત અચ્છેા, મગર
હૃદય દેખું તેા જેસી સુજૈયાકી ધાર હૈ.'

એ ટાપટીપ, હાવભાવ, નખરાં અને નૈનકટારી માત્ર—આગંતુકનાં ધનહરણ કરવાની જાળ છે. એ પ્રકાશ કુદાં—પતંગના પ્રાણ હરનારેા છે, અને એને ચુસીને ખાલી કરી ફેંકી દે છે.

ઘણાને મનેાહર થાળ માંહેની સ્વચ્છતા અને પવિત્રતાવાળી રસેાઇ નથી ભાવતી; અને સડેલું દહીં, આંબલીનું પાણી, મરચાં અને મલેાખાં જેવી સેવથી ભૈયાજીએ કાગળના કકડા ઉપર ભાવથી ભેગી કરી આપેલી ભેળ ભક્ષવા માટે ઘણાય ટ્રામમાં બેસી અને ગાડી ભાડે કરીને ચેાપાટી ઉપર જાય છે; અને શ્રાદ્ધમાં ખીરમાં બેાળેલી રેાટલી ખાતા કાગડાની માફક કનૈયાની ગેાળી (ભૈયાનું આંબલીના પાણીનું હાંડલું)ની ફરતા એ ગેાપાળેાને જ્યારે આપણે ભેળનું ભક્ષણ કરતા ભાળીએ છીએ ત્યારે તેમની કરણી ઉપર શું આપણને દયા નથી ઉપજતી?

પરંતુ એ દેાષ તેમનેા નથી પણ તેમના સર્જેલા સ્વભાવનેા છે. એમ તેા હું એક કાઠિયાવાડના દરબારને એાળખું છું. તેમની આવક પાંચ લાખથી વધારે છે. તેઓનેા સ્વભાવ

એવો છે કે દરરોજ એમને ખાટીયું (ખાટી રગડા જેવી કઢી) અને રોટલો જ ખાવા જોઇએ. સાત પકવાન્નો હોય, ગમે તેવી મીજલસ હોય, વાર કે તહેવાર હોય, પણ એમને રોટલો અને ખાટીયું જ જોઇએ. કોઇને ત્યાં તેમનું સ્વાગત થયું હોય અને તેમને ઉત્તમ પકવાન્નો ધરે, પણ જો ખાટીયું–રોટલો ભૂલ્યા હોય તો તે વખતે દોડાદોડી કરી હાજર કરવું જ જોઇએ. એમાં એમનો દોષ પણ શો? દોષ તો એમના સ્વભાવના ઘડનારાનો જ ને?

એટલે વેશ્યાથી વશ થયેલા તમારા ચિત્તને પતિવ્રતા, સુશીલા ગૃહિણીથી સંતોષ ક્યાંથી થાય, બિરાદર? આપ ફરિયાદ કરો છો કે ......ની સોબતથી ચાંદી થઇ અને મુસીબતે મટાડી, છતાં તમારૂં દિલ એ તરફ આકર્ષાય છે, એનો પ્રેમ બનાવટી છે, છતાં યે તમે તમારા મૂર્ખ મનને મનાવી શકતા નથી. એ તમને ક્યાં ઘસડી જશે તે તમને માલુમ છે?

ભાઇ, હજુ પણ સમય છે. તમારા દિલને સમજાવો અને પત્ની-પરાયણ બની સુખી થાઓ તો ઘણું સારૂં. નહિ માનો તો હાડમાંસમાં જ્યાંસુધી કસ રહેશે ત્યાંસુધી ચુસાઇને જ્યારે કડકા–બાલુસ બની જશો ત્યારે તમે ફેંકાઇ જશો. એ કરતાં સમજી વિચારી એ ભયંકર આદતને છોડી દો અને નીતિના માર્ગ ઉપર આવો.

ભાઇ, આપનાં પત્નીને સગર્ભાવસ્થા છે એટલે આપને ભય છે કે નીપજનાર પ્રજાને કદાચ તમને થયેલી ચાંદીનો વારસો મળે તો? બનવાજોગ છે. જો તમારાં પત્નીને તેની અસર થઇ હશે તો બાળકને પણ થવાની. વિષયી અને વેશ્યાગામીના શરીરમાંથી પેદા થયેલી પ્રજા વધુ નહિ તો તેના જેવા સ્વભાવની થાય એ તો ઘણું જ સ્વાભાવિક છે. બાળક એ માતાપિતાનાં શરીર, વિચાર, અને વર્તનની પ્રતિકૃતિ છે.

*

(૧૦૩) સાયકલીસ્ટ—ભાવનગર

સોળ વરસની ઉમર, પેશાબ પીળો આવે છે અને આપણા ગુપ્ત ભાગમાં નબળાઇ હોવાનો વહેમ છે. તમને લાગે છે કે તે ભાગ ટુંકો, પાતળો, નબળો તો નહિ હોય!

પ્રથમ તો હું આપને એમ પૂછું છું કે આટલી નાની વયમાં આપને ગુપ્ત ભાગ માટે આટલી કાળજી કેમ થઇ આવી? તે ભાગ ટુંકો છે, પાતળો છે, એમ તમને માનવાનું કારણ શું? જાહેર ખબરો! હા એ વાત પણ ખરી છે. એવી સેંકડો જાહેર ખબરો મેં પણ વાંચી છે કે જેઓ ટુંકા, વાંકા અને પાતળાપણાના દર્દોની સારવાર કરતા હોય. આટલા આટલા વેપારીઓ જ્યારે ટુંકા, વાંકા ને પાતળા-પણાની કાળજી ધરાવતા હોય તો એ જાતનાં દરદીઓ પણ સેંકડો નહિ ને હજારો હોવા જોઇએ. અને દરદી ન હોય, વાસ્તવિક તમને સાચું દરદ પણ ન હોય, તો પણ 'શંકા એ સંકટનું કારણ'ની માફક દરરોજ નજર સામે આવતા અહેવાલથી પોતાને જ શંકા થાય કે ગુપ્ત ભાગમાં વિકાર તો નહિ હોય! અને એ શંકા થઇ પછી તો બકરાને કુતરૂં કહેનાર પેલા વટેમાર્ગુની વાત તો તમે સાંભળી હશે કે બકરાને કુતરૂં કહી ફેંકી દેવરાવ્યું. એમ રોજ રોજની આ સિદ્ધવાણી વહેમને ચોકસ કરે છે કે જરૂર ટુંકાપણું અથવા પાતળા-પણું હશે. કોઇને પૂછી શકાય નહિ, કોઇની સલાહ પણ લેવાય નહિ.

પણ ભાઇ, તમે ખોટો વહેમ રાખો નહિ. કોઇ પણ કારણ વિના કુદરત એવા અંગની ખોડ મૂકે નહિ. તેમાં તેનો સ્વાર્થ શો? વારૂ, હાલ તો ખટાશ અને તીખાશવાળા પદાર્થો બંધ કરી સોડા બાય કાર્બ બબે વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લ્યો એટલે પેશાબ સફેદ આવવા લાગશે, અને કેળાં હમેશાં એકાદ બે ખાઓ. કોઇ રોગ નથી અને ગુપ્ત ભાગની નબળાઇ નથી. ખાલી તેને છંછે-ડશો નહિ. જરૂર જણાય અને વીશ વરસ પછી લગ્ન કરવાનો પ્રસંગ

આવે ત્યારે કોઇ નિષ્ણાતની રૂબરૂ સલાહ લેશો. કદાચ થોડી ઉણપ હશે તો તે પુરી દેશે. હાલ તો વિદ્યાભ્યાસમાં ચિત્ત લગાડો એ જ તમારે માટે શ્રેષ્ઠ છે.

*

(૧૦૪) સી. એમ. પટેલ—ભાવનગર

તમારો પત્ર મળ્યો. તમારા પ્રશ્નોના ઉત્તર આ નીચે છે. માત્ર તે પૈકીમાં થોડા પ્રશ્નો અશ્લીલ છે. તેનો જવાબ જાહેર રીતે આપી શકાય નહિ. ઇચ્છા થાય તો બારોબાર પુછાવશો.

પ્રશ્નો (૧) શીતળાનાં ચાઠાં છે તેનું શું કરવું ? (૨) શરીરમાં અશક્તિ છે તેનું શું કરવું ? (૩) શ્યામ મોઢાને ઉજળું કેમ બનાવવું ?

ઉત્તર (૧) શીતળાનાં ચાઠાં ઘણાં જુનાં થઇ ગયા પછી એટલે શીતળા થઇ ગયાને વીશ વરસ વીતી ગયા પછી તે સુધારી શકાતાં નથી અને ઘણું કરીને ૭ વરસ સુધી તેના ઉપાયો કરી શકાય છે. એટલે સદ્ય ઉપાય આ માટે નથી જણાવી શકાતો. છતાં અગાઉ એક બહેન જેમની 'સેતલચડ'ની અટક છે તેમને રાખોડું ઘસવાનો ઉપાય બતાવ્યો છે તે અજમાવો.

(૨) શરીરમાં અશક્તિ અનેક કારણે હોય છે. ધાતુની નબળાઇથી, કોઇ બિમારી આવી ગયા પછી સ્નાયુની નિર્બળતાના કારણે, લોહીની ઓછપથી, વધુ પડતા શ્રમથી, વગેરે કારણોને લીધે નિર્બળતા હોય છે. જ્યાંસુધી તેનું કારણ જાણવામાં ન આવે ત્યાંસુધી તેનો ઉપાય સૂચવી શકાય નહિ. એક અંગની નિર્બળતા છે કે સર્વાંગની ? એ બધું ચોકસ જાણવું પડે છે અને તે પછી દવાની યોજના કરી શકાય છે. દાખલા તરીકે મગજની નબળાઇવાળાને મોતી, છીપ, બ્રાહ્મી, શંખાવલી, વજ, સુવર્ણમાક્ષિક વગેરે દ્રવ્યોની જરૂર હોય છે. લોહીની નબળાઇવાળાને લોહભસ્મ, મંડુર, આરોગ્યવર્ધિની, હરડે, મજીઠ કે મંજીષ્ઠાદિચુર્ણ જેવાં દ્રવ્યોની યોજના થાય છે. એટલે ચોકસ નિદાન અને કયા અંગની નિર્બળતા છે તે તમોએ લખ્યું નથી.

ત્યારે ઉપાય પણ કેમ જણાવી શકું ? માટે વધુ ખુલાસો કરવો હોય તો હવે સીધો પત્ર લખશો એટલે જરૂરી સૂચના આપીશ.

(૩) શ્યામ મોઢું ને ઉજળું—એ દ્રિઅર્થી આપનો પ્રશ્ન હું બરાબર સમજી શકયો નથી. દુષ્કૃત્ય કરનારનું મોઢું પણ શ્યામ બને છે અને એ જ્યારે પાપનું ખરા દિલથી પ્રાયશ્ચિત્ત કરે છે, જગત-નિયંતા પાસે પોતાના કૃત્યની ગદગદ કંઠે માફી માગે છે ત્યારે તેનું શ્યામ મોઢું ઉજળું બને છે.

ઉજ્જવળ મુખ એટલે તેજસ્વી મુખ. બ્રહ્મચર્ય પાળનાર, સત્કર્મ કરનાર, સંયમ જાળવનાર, સત્ય વદનારનું મુખ રંગે ભલે સફેદ ન હોય તો પણ કાન્તિમાન હોય છે; અને કદાચ કુદરતી રીતે ચહેરો તમારો શ્યામ હોય તો દરરોજ દુધની અથવા દહીંની તર ચહેરા ઉપર રગડશો તો જરૂર તેજસ્વી બનશે. પરંતુ એમ છતાં પણ તમારા ચહેરામાં તેજ આવે એમ મને નથી લાગતું. કારણ કે તમારા બાકીના બે ત્રણ પ્રશ્નો જેના ઉત્તર હું નથી આપી શકતો, એ પ્રશ્નો જોતાં તમારા મનનું કિલષ્ટપણું અને વિષયીતા એવાં કુટીલ છે કે તમે તેજસ્વી ચહેરો બનાવી જ નહિ શકો. વીર્યવાન જ હમેશાં તેજસ્વી અને પરાક્રમશાળી હોઇ શકે છે.

મને માફ કરશો ! પણ જણાવી લઉં છું કે પાછળના પ્રશ્નો આપે જે પૃછયા છે તે એવા શરમજનક છે કે તેનો ઉત્તર આપવો એ મારા જેવાને માટે કપરો છે. 'બહુરૂપી' પોતાનું કોલમ ઉઘાડી પોતાના વાચકોનાં તન મનની નિર્બળતા દૂર કરવા ચાહે છે, નહિ કે તમારા જેવા અત્યંત વિષયીને વિષય ભોગવવાની વિવિધ તર-કીબો સમજાવવા !

મારી કલમ તમારા એ પ્રશ્નોનો જવાબ લખતાં કુંઠિત થઇ જાય, અને જેમાં મારૂં અને મારા વાચકોનું ઉંચુ ગૌરવ હણાય એવા પ્રશ્નો કોઇએ પૃછવા ન જોઇએ. લખનારાઓએ જરા દિલ અને બુદ્ધિને નશારહીત બનાવી પ્રશ્નો પૃછવા જોઇએ.

*

(૧૦૫) આશાવાદી–ક્રીસુમુ (આફ્રિકા)

આપનો પત્ર મળ્યો. આપનાં પત્નીને ગુપ્ત ભાગમાંથી સફેદ પ્રવાહી દરરોજ અઢીથી પાંચ તોલા જેટલો પડે છે. અશક્તિ અને ઝીણો તાવ એ દરરોજની ફરિયાદ છે અને શરીરનું વજન ઘટતું જાય છે.

ભાઇ, આ વ્યાધિને વૈદક શાસ્ત્રમાં શ્વેત પ્રદર કહે છે. અંગ્રેજીમાં એને લ્યુકોરીયા કહે છે. આ વ્યાધિ થવાનાં ઘણાં કારણો છે. તેની આપણે અહીં ચર્ચા નહિ કરીએ. પરંતુ આ વ્યાધિથી અત્યારે ઘણી સ્ત્રીઓ હાલબેહાલ થઇ રહી છે.

વ્યાધિ એવો છે કે તે ધીમે ધીમે આગળ વધતો જાય છે. તેના કારણે શરીર પ્રતિદિન ઘસાતું જાય છે. સ્ત્રીઓના શિરપર ઘરનું કામકાજ, તથા બાળબચ્ચાં ને ઘરના માણસની સારવાર હોય જ છે. આ ઉપરાંત તેને ખાસ જે વસ્તુની–આરામની જરૂર છે તે તો, તે બિચારીને મળતો જ નથી. એ આરામ એટલે પુરૂષ સમાગમથી બચવાનું.

પ્રદર એ ગુપ્ત માર્ગનો વ્યાધિ છે. ગર્ભાશયના મુખ ઉપર સોજો-ચાંદુ કે આળું હોય છે, ત્યાંથી આ ધાતુ આવ્યા કરે છે. એ ભાગને બિલકુલ આરામની જરૂર હોય છે, જ્યારે સ્ત્રીની પોતાની મરજી ન હોવા છતાં પતિને ખુશ રાખવા ખાતર પણ તેને સમાગમમાં પ્રવૃત્ત થવું પડે છે. એથી ઘર્ષણને કારણે આળો–સોજાવાળો ભાગ ઉશ્કેરાય છે અને પ્રદર વધવાને કારણ મળે છે.

આ દશામાં જો સગર્ભાવસ્થા થઇ તો તો આવા દરદથી ગ્રસ્ત સ્ત્રીઓની પુરતી કમબખ્તી થાય છે અને પ્રસવકાળ વખતે મોત અને આ બાઇને બે તસુનું છેટું રહે છે. આવનાર બાળક પણ પ્રદરના કારણે અનેક વ્યાધિઓને સાથે લેતું આવે છે.

જેવી રીતે સમાગમના કારણે આ વ્યાધિમાં વધારો થાય છે તેવી જ રીતે ખોરાકની પણ અસર થાય છે. તેમ જ મન ઉપરના બોજાની, મુંઝવણની અને આર્થિક ઉપાધિઓની પણ અસર થાય છે. ચિંતા અને ચીડીઓ સ્વભાવ પ્રદરને વધારે છે તથા પ્રદર ચિંતા અને ચીડીયા સ્વભાવને જન્માવે છે.

આવી સ્ત્રીઓ ચીડીયા સ્વભાવની જ હોય છે—થાય છે; કારણ કે તે શરીરમાં કમતાકાત હોય છે અને તેમને ઘરનો બધો બોજો વહન કરવાનો હોય છે. અગાઉનાં જો એકાદ બે બાળકો હોય છે અને તે કનડતાં હોય છે તો તો આવી સ્ત્રીનાં વાણી અને વર્તનમાં યુદ્ધભૂમિનું વાતાવરણ જામે છે.

માર, ઝુડ, ક્રોધ, કંકાસ અને કલેશ એ બધા તેના શરીરની દુર્બળતામાંથી જન્મે છે અને તેનું શરીર ચુસાઇ જાય છે.

કેડો ફાટવી, હાથપગ તુટવા, અશક્તિ, માથાનો દુઃખાવો, પેઢામાં ભાર, અટકાવની અનિયમિતતા, શરીરમાં તપારો, હાથપગની અંદર દાહ અને કોઠે વાયુ, મંદાગ્નિ, ઝાડાની કબજીયાત, ઉંઘમાં સ્વપ્નાં, ઝબકીને જાગી જવું અને શરીરના સ્નાયુની ધ્રુજારીઃ આ બધાં લક્ષણો ઓછાવધતા પ્રમાણમાં જણાય છે. તેના જીવનમાં આનંદ કે સંસારસુખમાંની મજા ઉડી જાય છે. તે એક યંત્રની માફક કામ કરે છે, પેટમાં નાંખવા ખાતર ખાય છે, પતિને ખુશ રાખવા ખાતર તે સમાગમ કરે છે. પણ તેનામાં આનંદ, અમીઝરણાં અને ઓજસ કંઇક દિવસના સુકાઇ ગયાં હોય છે.

આના ઉપાય તો સેંકડો છે અને નથી. પ્રદરનાં દરદીઓ પાંચ પચીશ નહિ પણ હજારો મારી પાસે આવ્યાં છે, અને તેમની સાથે મહિનાઓ સુધી ઔષધોના ઉપચારને કારણે હું પરિચયમાં આવ્યો છું. અને એ અનુભવ ઉપરથી એક બાબત સ્પષ્ટ થઇ છે કે આવી સ્ત્રીઓને ગમે તેવી સરસ દવા આપવામાં આવે તો પણ તેનાં બહા-

રનાં કેટલાંક કારણો, જેવાં કે બ્રહ્મચર્ય, શાંતિ, ક્લેશ અને ક્રોધરહીતપણું, સાત્વિક આહાર, વગેરે ઉપર સંપૂર્ણ કાળજીપૂર્વક નિયમન મૂકવામાં નથી આવતું તો પ્રદરનો વ્યાધિ સદંતર અને સંપૂર્ણ મટતો નથી. તેનું એક કારણ એ પણ જોયું છે કે કેટલીક બહેનો ઉપચારની શરૂઆતમાં ખાવાની, પીવાની, પહેરવાની, ડુશ લેવાની દવાનો બરાબર ઉપયોગ કરે છે. પરંતુ સાધારણ ફાયદો થયો, ફરક પડયો એટલે એમની દવા ઘણું કરીને એમની ગટર અથવા ખાળકુંડી પીતી હોય છે. પતિ મહાશય પૂછે કે દવા લીધી ત્યારે બનાવટી જવાબ આપે છે. પરંતુ તેઓ અમારી પાસે આવે અને જરાક યુક્તિપૂર્વક પૂછીએ ત્યારે જણાય કે અનેક અઠવાડિયાંનાં પડીકાં સંગ્રહેલાં પડયાં હોય, અને પ્રવાહી દવાઓ વહેતા પાણીમાં પધરાવી દીધી હોય. છતાં જેઓ બરાબર પદ્ધતિસર અને નિયમસર દવાઓ લે છે તેમનો ગમે તેવો જૂનો પ્રદરનો વ્યાધિ હોય તો પણ કાબુમાં આવીને શરીર સુધરે છે. એટલી વાત ચોક્કસ છે કે જેમ જૂનો તથા વધારે લક્ષણોવાળો વ્યાધિ તેમ દિવસો પણ વધુ લાગે છે. કોઇ સમજે કે ચાર દિવસમાં ચટ દઇને મટી જાય, એવો મારી જાણમાં કોઇ ઉપચાર, ઉપાય કે નુસખો નથી.

જો કોઇ ઉપચારક એવું સમજાવતો હોય તો તેની કાબેલીયત વ્યાધિ મટાડવામાં નહિ પણ દરદીના ધનને તસ્કરવામાં સરસ ગણાય.

ઔષધો પ્રકૃતિ પ્રમાણે જુદાં જુદાં આપવાં પડે છે. એક જ જાતનાં ઔષધો બધાંને માફક નથી આવતાં. પરંતુ મારે ત્યાં ખાસ વપરાતી ઔષધી નીચે મુજબ છેઃ

સુવર્ણ બંગ, પ્રવાળ પીષ્ટી, ગળોસત્ત્વ, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ, પ્રદરાંતક લોહ, પ્રદરાંતક મંડુર, શ્વેતાંગ ભસ્મ, ગોદંતી હરતાલ, નાગકેશર, પુષ્યાનુગ ચુર્ણ, ચંદ્રપ્રભા, શંશમની નં. ૧, શંશમની નં. ૨, શંશમની નં. ૩, મુક્તાપીષ્ટી, કેરબાની પીષ્ટી, સુવર્ણ વસંતમાલતી.

ઉપરની દવાઓમાં ફેરફાર કરી પ્રકૃતિ પ્રમાણે યોજના કરીને ચોખાના ધોવરામણ અને મધ સાથે, તથા કેટલાકને ગુલકંદ સાથે પણ આપું છું.

સાથે ગુપ્ત ભાગમાં પહેરવાની ગોળી અથવા મૂકવાની પ્રવાહી દવા અપાય છે. ક્યારેક અશોકારિષ્ટ સાથે દ્રાક્ષાસવ મેળવી પીવરાવવામાં આવે છે. આ બધા ઉપચારોથી આશાતીત સંપૂર્ણ લાભ થાય છે. મહિનો, બે મહિના કે ત્રણ મહિના સુધી ઉપચાર કરવા પડે છે.

એટલે આપ આપનાં પત્નીને લઈ ઉપરના ઉપચારો માટે યોગ્ય વૈદ્ય પાસે જાઓ અને દવા લ્યો. આપને ઇંજેક્શનોથી લાભ નથી થયો, વીલાયતી દવાઓ પીવરાવી થાક્યા છો, પરંતુ આપને આવા દેશી ઉપચારોથી લાભ થશે એમ હું ખાત્રીપૂર્વક કહું છું.

*

(૧૦૬) એચ. એમ.—નૈરોબી

ભાઈ, તમારો પત્ર મળ્યો. તમારી હકીકત વાંચી. તમે લખો છો કે–'મારી હકીકત વાંચી તમોને પણ લાગી આવશે.' મને શા માટે લાગી આવે ? જે માણસ છતી આંખે આંધળો બની કૂવામાં પડે અને પછી ડુબતાં તરફડીયાં મારે તથા બચાવવા પોકાર કરે, તેને માટે શા વાસ્તે લાગી આવે ?

તમારી કુટેવ અને નબળાઈ કેટલી હદ વટાવી ગયાં છે તેનો વિચાર કરો. 'કામોત્તેજક નવલકથા વાંચવાથી વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે' એ તમારા શબ્દો ખરેખર કેટલા ભયંકર અને પુરૂષ જાતિને અપમાનજનક છે ! તમારા અંતકરણ ઉપર વિષયવાસનાઓ કેટલી સવારી કરી રહી છે અને મનની કેટલી બધી નિર્બળતા છે એનો તમે ખ્યાલ કરો.

ઉપાયો તો સેંકડો છે. પરંતુ જેની સ્થિતિ એકાદ વિષયાનુરાગી વિચાર આવતાં જ વીર્યસ્રાવ થવા જેવી હોય છે, તેને શું દવાઓ કામ કરશે ખરી ?

મનનો સંયમ રાખી, વિષયી વાચન બંધ કરી, ઇશ્વરપરાયણતામાં દિલ પરોવો. સ્ત્રીસંબંધના વિચારો, વાચન, દર્શન, સ્પર્શ, વગેરેથી અલગ રહો.

ગોખરૂંનું પંચાગ મળે તો તેને ખાંડી તેના પાઉડર જેટલી તેમાં સાકર મેળવી, એકેક તોલો સવાર, બપોર, સાંજ ફાકો, અને

કૌંચા શેર ૦।, મુશલી તો. ૫, બળબીજ તો. ૧, શતાવરી તો. ૨ા, વિદારીકંદ તો. ૨, બહુફળી તો. ૫, કાળા તલ તો. ૧૦, ગોળ શેર ૧, ઘી શેર ૧, ચાંદીના વરખ તો. ૧.

પ્રથમની સાત ચીજોને ખાંડી ચારણીથી ચાળી લ્યો. બાદ ધીમે તાપે પેણીમાં ઘી મૂકી અંદર ગોળ નાંખી ગરમ થઇ ઘી ઉપર ગોળ તરવા લાગે એટલે ખાંડેલી દવા તથા ચાંદીના વરખ નાંખી હલાવી નીચે ઉતારીને એક થાળી. અથવા તાસમાં ઠારી તેની સુખડી બનાવો.

દરરોજ સ્હવારમાં આ સુખડી પાંચથી આઠ તોલા સુધી ખૂબ ચાવીને ધીમે ધીમે ખાઓ અને ઉપર પાશેર, અરધોશેર ગરમ કરી ઠંડું દુધ પીઓ.

ધાતુસ્રાવ બંધ થશે, વીર્ય નહિ જાય, સ્વપ્નદોષ નાબૂદ થશે અને શરીરમાં શક્તિ આવશે. પરન્તુ તમારા મન ઉપર અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે સંયમ જરૂર રાખશો.

*

(૧૦૭) રમણીકલાલ–જેતપુર

પત્ર મળ્યો. તમારા ટી. બી. અને તેના આદ્યિઅંતની હકીકત જાણી,

તમે માનતા હો અથવા ડાક્ટરોએ કહ્યું હોય એથી તમને ક્ષય જ છે એમ હું માની લેવા તૈયાર નથી. ક્ષય કોને કહેવો એની ફીલસુફીમાં આપણે નહિ ઉતરીએ, પરંતુ તાવ અને ખાંસીની જોડીથી ક્ષય માનવાને હું તો તૈયાર નથી. બાકી દુનિયા આખી, અરે હરકોઇ જીવ પ્રાણી માત્રનો ક્ષય તો છે જ. ભાઇ, દુનિયાનો કોઇ પણ એવો પદાર્થ બતાવશો કે જેને ક્ષય ન હોય? ૫૦ વર્ષ જીવનાર જન્મ્યો અને દશ વર્ષનો થયો એટલે એટલાં વર્ષનો ક્ષય. બાકી હવે ૪૦ વર્ષ રહ્યાં અને દિવસે દિવસે એમાંથી પણ ક્ષય!

તમે તો ક્ષયના દર્દ માટે કહો છો અને તમે માનો છો એમ તમે ક્ષયના–ઘટવાના દર્દી છો. પણ જેમ ઘટશો એમ વધશો. શા માટે એનો ભય રાખો છો?

એક વાત કરો. તમારા પત્રથી મને એક વધુ પ્રકાશ સાંપડયો છે. તમારાં પત્નીથી ત્રણ વરસ માટે દેશવટે ન જઇ શકો? એટલે કે તમો બેઉ લાંબો સમય જુદાં પડો તથા બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરો, એ તમારો વ્યાધિ મટવાની ચાવી છે.

ડોક્ટરોનાં ઇંજેક્શન અને દવાથી કંટાળ્યા હો તો દેશી દવા શરૂ કરો. બહુ મજેનાં ઔષધો આર્યવૈદકમાં પણ છે. બિરાદર, બ્રહ્મચર્ય રહેશે એટલે તમને ઔષધ પણ વધુ માફક આવશે. મારી પાસે આવવું હોય તો પણ કયાં ના છે?

*

(૧૦૮) એક સોરઠવાસી–પુના

વૃષણમાં એક તદ્દન નાનો અને સાધારણ દુઃખાવો છે. સાયકલ ફેરવવાથી થયું હશે? સ્થિતિ સારી છે અને પૈસા પણ ખરચી શકો તેમ છો. ઉપરની બિના આપના પત્રની છે:

જો જન્મથી જ વૃષણની આવી રીતે અસમાનતા હોય તો મારા માનવા પ્રમાણે સુધારી શકાતી નથી. પરંતુ જો અમુક વખત પછી થઇ હોય તો સુધારવામાં વાંધો નથી આવતો. પરંતુ મહાશય, આપને આ બાબત થોડીક બિના પુછવાની રહે છે. એનો ઉત્તર આપ સાચો આપશો તો જ હું માર્ગ બતાવી શકીશ. એટલે જવાબ આપ મને સીદ્ધો જ લખશો. 'બહુરૂપી'માં પત્રવહેવાર ન ચાલી શકે.

પ્રશ્નો—

(૧) પ્રમેહ થયેલો કે?

(૨) ચાંદી?

(૩) મૈથુનકાળમાં વીર્ય રોકી રાખવાની ખોટી ટેવ છે કે?

(૪) ચોટ અથવા આઘાત વૃષણ ઉપર લાગેલો ખરો?

(૫) જુઠો થયેલો કે જેમાં દુઃખાવો છે એ વૃષણ હલનચલન કરી શકે છે?

ઉપરના પ્રશ્નોનો જવાબ લખશો, માર્ગ બતાવીશ અને સાઈકલ ફેરવવાનું આ જવાબ વાંચો તે જ દિવસથી હમેશને માટે બંધ કરશો. સાઇકલ પગના સ્નાયુ, ગુપ્ત ભાગ અને વૃષણની નસો ઉપર ખાસ અસર કરે છે, અને લાગટ દશ વરસ સાઇકલ ચલાવનાર છેવટે ટ્રામના ઘોડાની માફક ઉતરી જાય છે.

*

(૧૦૯) દેસાઇ દોલતરામ આર.—વલસાડ

પત્ર મળ્યો. 'રખે વહેમાતા' આપને ઘણું ગમ્યું તે જાણી આનંદ. પ્રકરણ ૧ માં આંખના ઉપાયમાં બતાવેલી પાલી અર્થાત્ બાવળનાં પાંદડાં સમજવાં. એ અધ્યાહાર રહી ગયો છે. ત્રીજી આવૃત્તિમાં સુધારી લઇશું. આવો ઉત્તર આપે સીધો મગાવવો જોઇએ. પોસ્ટેજના ખરચ ખાતર 'બહુરૂપી'નાં નકામાં પેજ બગાડવાં ઠીક નથી.

*

(૧૧૦) હરિદાસ—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. ૧૬ વરસની ઉમર અને આપને ધોળા વાળ, તેનું કારણ અને ઉપાય પૂછો છો :

ભાઈ, વીશમી સદીની એ પણ એક વિચિત્રતા છે. પાંચ વરસની છોડી ચશ્માં પહેરે અને ૨૧ વરસનો જુવાન સફેદ વાળ ધરીને બુઢ્ઢો બને છે!

ઇશ્વરકૃપા તો હવે જન્મતાંની સાથે સફેદ વાળ લઇને જ આવનારાં બાળકો પણ જોવા મળે તો એ સંભવિત છે.

બુદ્ધિ અને તર્કથી વધેલી વીશમી સદીની પ્રજા શરીરની સંપૂર્ણતા માટે પાછળ રહી છે. તમો 'ગ્યાસતેલીયાં તેલો અને વેસેલાઇનો નાંખી વાળનાં મૂળ બાળીને સફેદી નહિ લાવ્યા હો તેમ આપણે માની લઇએ, તો પછી તમારાં માતાપિતાના પ્રતાપે પણ તમને સફેદ વાળનો વારસો મળ્યો હોય. કાળા વાળ કરી નાંખવાની વિદ્યા હું નથી જાણતો. માત્ર કસરત, સાત્ત્વિક આહાર, વીર્યરક્ષા, શિર્ષાસન, માથામાં આંબળાનું તેલ, અને દર વરસે ૨૧ શેર આંબળાં પેટમાં જાય તો વધુ વાળ ધોળા થતા અટકે. આંબળાં એકલાં જ વાળને ધોળા થતા અટકાવે છે. તેને ખાવાં જોઇએ અને માથામાં તેલના રૂપમાં ઘાલવાં જોઇએ.

*

બીજી વનસ્પતિ છે ભાંગરો અથવા ભૃંગરાજ. એ પણ વાળને કાળા કરવામાં ઉપયોગી છે. કાળા એટલે કલપ અથવા રંગ લગાડી કાળા કરવાનું હું લખતો નથી. પણ સ્વાભાવિક કાળા કરવાનું કહું છું. એ તાકાત ઉપરની બેઉ વનસ્પતિમાં છે.

*

(૧૧૧) શ્રી. સીસોદીયા–અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો. બજારૂ બધી ચીજો બંધ કરીને (સાથે ચહા પણ) તમે વર્ધમાન પીપરીનો પ્રયોગ કરો.

પ્રયોગની રીત–સવારમાં દાતણપાણી કરી અરધો શેર ગાયના દુધમાં એક લીંડી પીંપર સારી જાતની નાંખી દુધ ગરમ મુકવું. દુધ ઉકળવા લાગે એટલે નીચે ઉતારી પ્રથમ પીંપર ચાવી જવી અને ઉપર દુધ પીવું.

બીજા દિવસે બે પીંપર નાંખી દુધ ઉકાળી પીંપર ચાવીને ઉપર દુધ પીવું. દર પાંચ પીંપરે પાશેર દુધનો વધારો કરવો અને ૨૧ દિવસ વધવું. બાદ એકેક પીંપર ઓછી કરતાં કરતાં ૪૨ દિવસે બંધ કરવી.

ખાવામાં ચણાની કોઇ પણ વાનગી કે ખાંડની મીઠાઇ અને બટાટા બંધ કરી, દાળ, ભાત, રોટલી, શાક, દુધ, છાશ વગેરે ખોરાક લેવો.

સાધારણ રીતે આ પ્રયોગ તમને મામુલી લાગશે. પરંતુ તે અજબ કામ કરે છે. પાચનશક્તિ સુધારે છે, અશક્તિ, તોડ, ફાટ, નબળાઇ, લોહી નહિ બનવું, વગેરે નાબુદ કરે છે. ઝીણો તાવ, શરદી, સળેખમ, ખોટી ખાંસી, વગેરે મટાડે છે. ગરીબોને આશીર્વાદ સમાન છે. જરૂર અજમાવો અને સુખી થાઓ.

*

(૧૧૨) ભાઇ ફીટાલી–આફ્રિકા

પત્નીને ગુપ્ત ભાગમાં ગરમાઇ છે. વળી સગર્ભાવસ્થા છે. ખૂબ દાહ થાય છે. તે માટે શું કરવું? વળી ઉપર પાછો આ અવસ્થામાં સમાગમ થાય કે કેમ તે પુછાવો છો?

હું એમ પૂછું છું શ્રીમાન, કે સગર્ભાવસ્થા છે, અસહ્ય દર્દ છે, ગરમાઇ છે, ગર્ભ રહ્યાને ત્રણ મહિના થઇ ગયા છે. તો પણ હજુ સમાગમની પાશવિક વૃત્તિ આપની પાછી વળતી નથી? દિલગીર થવા જેવું છે ભાઇ, અરે જરીકે લાગણી નહિ તો દયાને તો સ્થાન હોય ને! હૃદય જેવી વસ્તુ જેને હોય તે આવી સ્થિતિમાં સમાગમ કરવાની ઇચ્છા તો શું પણ વિચાર સરખોય ન કરી શકે. હું તો આપને ત્યાંસુધી સૂચના કરૂં છું કે ભાવી પત્નીને બાળક સવા વરસનું થાય ત્યાંસુધી આપે પત્નીને કપાતે પગારે પણ રજા જ ભોગવવા દેવી જોઇએ.

ઉપાય તો આ રહ્યાઃ પણ સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પાળશો તો જ ફાયદો થશે, નહિ તો દવાથી ફાયદો બાજુ ઉપર રહેશે, અને આપના વર્તનથી પત્ની મૃત્યુના મુખમાં ધકેલાય તો તેનો દોષ ઇશ્વરને ન આપશો.

(૧) હરડે, બહેડાં, આંબળાં, બાવળ, બોરડી, આશોપાલવ, આ વનસ્પતિઓ સરખા વજને લ્યો અને તેનો દશગણા પાણીમાં ઉકાળો કરો. એ ઉકાળાને ગાળી લઇ તેને દિવસમાં એક વાર સાધારણ ગરમ કરી તેનો ડુશ આપો. સવારમાં દરરોજ ડુશ લે તો સારૂં.

(૨) ગ્લીસરાઇન તો. ૧૦, એસીડ ટેનીક તો. ૧, બન્ને વસ્તુ મેળવી, પ્રવાહી તૈયાર કરવું, દરરોજ રાત્રે સુતી વખતે રૂનો પોલ

દવામાં બોળી ગુહ્ય ભાગમાં પહેરાવી દો. સ્હવારમાં કાઢી નાખી ફુશ લ્યો.

(૩) પ્રવાળ પીષ્ટી રતી ૨, નાગકેશ્વર રતી ૩, વાંસકપુર રતી ૨, ગળોસત્વ રતી ૩. આ ચાર વસ્તુ ઉપરના માપે દિવસમાં ત્રણ વખત ગુલકંદમાં ખવરાવો. ગરમ તેલદાર મસાલાવાળો ખોરાક બંધ કરી એક મહિનો દવા આપો. જરૂર આશાતીત લાભ થશે.

*

(૧૧૩) ભાઇ શ્રી–અંજાર (કચ્છ)

પત્ર મળ્યો. આપને અતિશય મેદ છે. મેદ ઉતારવા વૈદ્યની સલાહ છે કે ફરવા જાઓ, પણ ધંધામાંથી નવરાશ મળતી નથી, સ્ત્રીસંગ બરાબર નથી થતો, વચમાં જ શીથીલતા, વગેરે.

મનુષ્ય ભોજન લઇને હરતો ફરતો નથી અને માત્ર એક જ આસને બેસી રહે છે તેને મેદ થાય છે, કારણ કે ખોરાકમાંથી અનુક્રમે સપ્ત ધાતુ પદ્ધતિસર બનવા જોઇએ, તે નહિ બનતાં આમરસમાંથી મેદ બનવા લાગે છે અને એ મેદ ઘણું કરી પેટમાં, પેઢામાં, સાથળ અને પાછળના નિતંબ (કટીની નીચેનો ભાગ) ઉપર વધે છે,

આ મેદ જ્યાંસુધી કાંઇક હદમાં હોય છે ત્યાંસુધી ખાસ વિરૂદ્ધ અસર થતી નથી, પરંતુ તે જ્યારે વધુ પડતો થાય છે ત્યારે શરીરની બધી ક્રિયા ઉપર તેની અસર થાય છે.

મેદવાળો ઝપાટાબંધ ચાલી શકતો નથી, ત્યારે દોડી તો ક્યાંથી શકાય? બેસવાથી ઉઠવું, ઉઠવાથી ચાલવું અને ચાલવાથી દાદર ચઢવો એ એને માટે એક આફત સમાન હોય છે. મેદવાળાને મેદકારક વસ્તુ વધુ ભાવે છે. ઘી, ભાત, મીઠાઇ, ગાંઠીયા વગેરેની એ તડી બોલાવે છે અને શરીર ફુલતું જાય છે. પસીનો પણ એટલો આવે છે કે વાત ન પુછો. શરીરમાંથી વાસ આવવી અને શરીર અસ્વચ્છ દેખાવું એ મેદવાળાને જરૂર

હોય છે. તેની સાથે શરીર ઠંડું રહે છે. સ્ત્રીઓને મેદ થયા પછી પ્રજા થતી નથી. મેદવાળો ચાલી જ શકતો નથી, કારણ કે સાથળ એટલા બધા ફુલી ગયા હોય છે કે એક સાથળ સાથે બીજો ઘસાઇને ચાંદીઓ પડી જાય છે. એટલે ફરવા જવાનું તો અત્યંત મેદવાળાથી બનતું નથી. મેં તો એવા મેદવાળા જોયા છે કે જેને 'રાવણરૂપ' કહીએ તોએ ખોટું નહિ. મારા એક મિત્રનાં પત્ની મુંબઇમાં હતાં હાલ તો ઇશ્વરે એમના ઉપર દયા કરીને સ્વર્ગમાં જગ્યા કરી આપી છે, એટલે એમને મુંબઇના ત્રણત્રણ માળના દાદરાનાં એટલે સ્વર્ગનીસરણીનાં પગથીયાં ચઢવાં પડતાં નથી. પરંતુ તેઓ શ્રીમતી જ્યારે મુંબઇ નગરી મધ્યે બિરાજતાં હતાં તે વખતે તેમના શરીરનું વજન અઢાર મણનું હતું.

આ વાત કાંઇ અડસટ્ટાની નથી. પરંતુ એમનું વજન કરાવી તોલમાપ શીખેનું છે. એટલે તેમાં જરાએ અતિશયોક્તિ નથી. તેઓ જ્યાં બેઠાં હોય ત્યાંથી ઉભાં થવું હોય ત્યારે પ્રથમ બેઉ હાથ જમીન ઉપર મુકી તે ચતુષ્પાદ થાય અને પછી પલંગની ઇસ કે બારીનો સળીયો અથવા મારા જેવાનો હાથ પકડી ખાસી મજેથી અરધાએક કલાકના ભગિરથ પ્રયત્ને ઉભાં થાય, અને ચાલે એટલે શ્વાસ તો ધમણ ફુંકાતી હોય તેવો લાગે અને પરસેવાના રેલા ચાલુ જ હોય.

તેઓ બેઠાં હોય અને જો કદાચ એમને ચત્તાં સુવગાવી દેવામાં આવે તો એમને પડખાભેર થઇ બેઠું થવું અશક્ય બને. ગરૂડપક્ષી પૃથ્વી ઉપરથી ઉડી પાંખો ફફડાવતું સ્વર્ગમાં જઇ પાછું ફરે તોય એ પડખાભેર થઇ શકે જ નહિ. હાથપગ વીંઝયા કરે, ઉઠવાને ફાંવાં માર્યા કરે, પણ ઉડી જ શકાય નહિ. આ તો જાણે મારાં મિત્રપત્નીની વાત છે. પણ એક સંત પુરૂષ મેં જોયેલા, જેમને બિચારાને મેદ એટલો કે હાથ ગુદા સુધી પહોંચે જ નહિ. એટલે તેમણે એક છોકરો પગારદાર ગુદા ધોવા રાખેલો.

પ્રભુ આવા મેદવાળા પરાધીન શરીરથી સહુને બચાવે. પણ પ્રભુ બચાવે કઇ રીતે ? તમે જેટલો ખોરાક લ્યો એટલી કસરત કરો અને ફરવા જાઓ તો મેદ થાય જ નહિ. અને મેદ થવા લાગ્યો હોય છતાં જો તમે દરરોજ ચાર ચાર માઇલ ફરી આવો તો થતો અટકી જાય. પરંતુ જો પુરેપુરો મેદ થયો તો પછી તમે એમાંથી છુટી શકો એ આશા રાખવી નકામી છે.

મેદવાળા ઘણું કરીને નપુંસક જ થઇ જાય છે. મેદ એટલો બધો વધે છે કે તેથી ગુપ્ત ભાગની નસો સંકોચાઇને ટુંકી થઇ જાય છે અને વાયુ વીર્યનું શોષણ કરી ધીમે ધીમે તેને નાબુદ કરી નાંખે છે. મેદવાળો પુરૂષ પુરૂષાતનવાળો હોય એ તો કોઇક જ ઠેકાણે, અને હોય તો પણ નહિ જેવો જ.

ઉપાય—ઉપાય તો ઘણા છે પણ મેદવાળો જ્યાં સુધી હરવા-ફરવાનું કરતો નથી અને પડયો પડયો આરોગ્યા કરે છે, તેને કોઇ દવા મેદ ઉતારી શકતી નથી.

પ્રથમ તો એણે ખોરાકમાં મેદ વધારનાર પદાર્થો બંધ કરવા જોઇએ અથવા દૂધ ઉપર રહેવું જોઇએ અને તે લાગટ છ મહિના. તે ઉપરાંત દરરોજ એક માઇલથી શરૂ કરી ચાર છ માઇલ સુધી ફરવા જવું જોઇએ.

આ બહારનો નિયમ શરૂ રાખી, પછી યોગરાજ ગુગળ, અથવા મેદશોષી રસ એ પાંચ તોલા પાણી અને અઢી તોલા મધ મેળવી એની સાથે લેવાનું શરૂ કરે તો જરૂર મેદ નાબુદ થાય, અને મેદ નાબુદ થયા પછી ધાતુસ્થાન અને ગુપ્તભાગ સુધારી શકાય. મેદ ગુપ્ત ભાગને સુધરવા દેતો જ નથી. એટલે આપને કોઇ દવા ખવરાવી પુરૂષાતનદાર બનાવવા માગે તો એ માત્ર આપના ખીસ્સાનો ભાર હળવો કરશે. એથી આપને પુરૂષાતન નહિ આવે.

*

(૧૪૪) એક બ્હેન–મુંબઈ

આપનો પત્ર મળ્યો બહેન, પત્રનો સારાંશ એ છે કે આપ સંતતિ ઇચ્છો છો, જો કે વધુ નહિ. માત્ર એક જ પુત્રની ઇચ્છા છે. પરંતુ એ પુત્ર મનુ ભગવાન જેવો થાય અને દેશનું ગૌરવ, આઝાદી, હાંસલ કરે એવો જોઇએ. વધુ- સંતતિ જે દેશને ભાર રૂપ થાય તેવી નિરર્થક શા માટે? એ પણ આપનો અવાજ છે.

ધન્ય, લાખો ધન્યવાદ, બહેન! પ્રથમ તો આપના ઉંચા વિચારોથી આપની પ્રશંસા કર્યા વગર રહી શકાય નહિ. આપનો સૂર બરાબર છે કે સૂર્ય સમાન તેજસ્વી એક જ પુત્ર હોય તો રાત્રિના તિમિર–અંધકારને ભેદી જળહળતો પ્રકાશ છવરાય–સમયોચિત પંચમાલિકાનો શ્લોક ટાંકું છું:

एकमपि गुणी पुत्रो न च मूर्ख शतान्यपि ।
एकश्चंद्रस्तमोहंति न च तारा गणोपिच ॥

અર્થાત્ એક પણ ગુણવાન પુત્ર હોય તોયે ઘણું છે. મૂર્ખ સો પુત્રોથી શું? એક જ ચંદ્ર રાત્રિને ઉજ્જવળ બનાવે છે, અગણિત તારાઓથી શું? અસ્તુ.

ગુણવાન, ધીમાન, જ્ઞાનવાન, શૌર્યવાન, રૂપવાન સંતાનો નીપજાવવાં એ માતાપિતાના જ હાથમાં છે.

પુત્ર, પુત્રી આદિ સંતાનો–ઉતમ સંતાનો પ્રગટાવવાં એ માટે કાંઇ ભાગ્ય ઉપર આધાર રાખવાની જરૂર નથી. ‘ભાગ્યમાં હોય તો જ થાય’ એ તો નિર્બળતાની નિશાની.

ઉત્તમ બીજ, સુંદર ક્ષેત્ર મીઠું વારિસિંચન અને પ્રત્યાઘાતોથી સંરક્ષણ કરવામાં આવે તો ઉત્તમ સંતતિ, ઉત્તમ ફળની માફક થઇ આવે છે, બહેન!

હિરણ્યકશ્યપુનો પુત્ર પ્રહ્લાદ. એ પુરાતન ઐતિહાસિક ઘટના આપે સાંભળી હશે. પૃથ્વીનો વિનાશ કરવા ઉલ્કાપાત મચાવનાર હિરણ્ય-કશ્યપુની પત્ની કયાધુને ગર્ભ રહ્યો ત્યારે દેવો વધુ ગભરાયા. પિતા તો આટલો જુલ્મી છે અને પુત્ર પણ એ જ પિતાનો નીપજે, પછી બાકી શું રહ્યું?

એથી જ ઇંદ્રે કયાધુ સગર્ભા હતી તેને ઉઠાવી લીધી. તેનો ઇરાદો એનો વિનાશ કરવાનો હશે, પણ વચમાં નારદ મુનિ મળ્યા અને કયાધુને બચાવી પોતાના આશ્રમમાં લઇ ગયા. પાંચમો મહિનો હતો. મુનિએ ભગવતપ્રાપ્તિ, અધ્યાત્મ વિષય અને જીવ–શિવના ભેદ રૂપી જ્ઞાનામૃતનાં સિંચન કર્યાં. પાંચથી દશ મહિના સુધી એ અમૃતવહનના કારણે હિરણ્યકશ્યપુના જ પુત્ર પ્રહલાદ–ભક્ત પ્રહલાદ થયા.

એટલે બહેન, આમ્રફળ લેવું હોય તો આંબાનો ગોટલો જોઇએ, બાવળ ન ચાલે. તેના મૂળમાં મૃતિકા જોઇએ, નિમક ન ચાલે. મીઠાં વારિ જોઇએ, ખારાશ ન ચાલે. શાખ પડવા દેવી જોઇએ, ઉતાવળ ન ચાલે.

એટલે પ્રથમ બીજ અને ભૂમિની ઉત્તમતા, પછી સંસ્કાર અને જળસિંચન અને ત્યારબાદ યોગ્ય સુમાર્ગે લઇ જનાર માળી– એ બધાં વાનાં પૂરાં હોય, ભાવના ઉચ્ચ હોય, આદર્શ પુરૂષના જેવો બાળક બનાવવાની પ્રબળ ઇચ્છાશક્તિ ઉભય સર્જકોને હોય, તો પછી મનુ, રામ, અર્જુન, ભીષ્મ, કૃષ્ણ કે કર્ણ શા માટે ન પાકે? તેઓ મનુષ્યો જ હતા. શિવાજી, પ્રતાપ, દાદાભાઇ પણ મનુષ્ય જ હતા. 'यादृशी भावना यस्य सिद्धिर्भवति तादृशी.' એ રીતે તમે પણ એવો જ પ્રતિભાશાળી, પ્રતાપી પુત્ર મેળવી શકો છો–તેને માટે કાંઇ કોઇ વૈદકીય ઔષધની ખાસ જરૂર નથી.

*

(૧૧૫) નિરાશ—મુંબઇ

પત્ર મળ્યો, ભાઇ! સ્વપ્નદોષ અને કુટેવ, અને આ અને તે... જેવા જુવાનોના કાગળો આવે છે અને જેની સંખ્યા સેંકડોની છે તેવો તમારો પણ એક પત્ર વધારે!

હું તો પરમાત્માને પોકારીને અરજ કરૂં છું કે ઓ જગતનિયંતા! અમારા યુવાનોને સન્માર્ગે વાળવાનો કોઇ ઉપાય બતાવો. રોજ થોકડાબંધ આ એક જ ફરિયાદના કાગળ મળે છે: બાલ્યકાળમાં કુમિત્રની સોબત, હસ્તમૈથુનની પડેલી ટેવ, એથી થયેલી ખુરાઇ, લગ્ન થવાનાં છે, મારૂં શું થશે? કોઇ રીતે બચાવો—દુઃખમાંથી મુક્ત કરો, ખરો મર્દ બનાવો!

હું તો કહું છું કે ચાંદી, ઉપદંશ, કોલેરા, ક્ષયના જંતુ અને બીજા ચેપી જંતુઓથી પણ વધી જાય તેવો, યુવાનો અને કોલેજીયનોમાં, આ એક મહા ચેપી વ્યાધિથી પણ વધુ પ્રસરતો ભયાનક ચેપ છે! યુવાનીના ઉંબરે ઉભેલો લાલ લોહીથી તસતસતો બાળ યુવાન આ બદીના ફંદમાં ફસાઇ જીવન બરબાદ કરી રહ્યો છે. તેને કોઇ બચાવો!

અને આવી બદીથી રચીપચી રહેલા રાક્ષસો આ ચેપ કેટલી જગ્યાએ ફેલાવે છે?

એક ગામમાંથી એક યુવાન ભાઇ લખે છે: 'વૈદ્યરાજ, આ ગામમાં એક માણુસ છે, જેઓ આમ તો સારૂં શિક્ષણ પામેલા અને સાક્ષરમાં ખપતા માણુસ છે, પરંતુ એમને રાક્ષસની ઉપમા પણ ઓછી પડે તેમ છે. એ ભાઇ દશથી ૧૮ વરસના છોકરાને પોતાને ત્યાં બોલાવી તેને હસ્તમૈથુનદ્વારા વીર્યપાત કરતાં શીખવે છે—પોતાના હાથથી જ એમ કરે છે અને એ વીર્યને પોતે ચાટી જાય છે! હું પણ એનો ભોગ બન્યો છું. ત્યારથી ભુરી આદત પડી છે. મારા

જેવા સેંકડો બાળકો એ રાક્ષસના ભોગ બની ચૂક્યા છે. માર્ગ બતાવો, મારે શું કરવું?'

કાનના કીડા ખરી જાય એવી આ બદીની બીના મારે કમકમતા હૃદયે અત્યંત ઓછા શબ્દોમાં એટલા માટે જાહેર પ્રજા સમક્ષ મૂકવી પડે છે કે વાચક આવી બદીથી, આવી બદીના પ્રચારકથી કુમળા યુવાનોને બચાવે.

અને આ પત્ર લખનાર ભાઇને તો મેં સૂચના આપી છે કે એ સાક્ષર ગણાતા નરરાક્ષસને તમારે સઘળાએ મળી ગામમાં ખૂલ્લો મૂકવો જોઇએ કે જેથી એનું કાળું મુખ તે કોઇને બતાવી ન શકે.

સર્પના રાફડાથી બચવાને માટે તેનાથી દૂર ચાલવા સંબંધમાં માતાપિતા જેટલી શિખામણ બાળકોને આપે છે તેટલી જ સલાહ-સૂચના માતા, પિતા, ભાઇ, શિક્ષક, ગુરૂ, મિત્રો જો બાળકોને આ બાબતમાં આપતા રહે તો જ આ બદીથી સંરક્ષણ થાય.

ભાઇ, આપને ઉપાય જોવા હોય તો મારૂં 'રખે વહેમાતા' નામક પુસ્તક જેમાં સ્વપ્નદોષ અને નપુંસકતાનો વિષય બહુ જ છુટથી લખ્યો છે અને તેમાં ઉપાયો પણ અનુભવસિદ્ધ આપેલા છે તે આપ જૂઓ, વાંચો, વિચારો અને આચારમાં મૂકો. ભવિષ્યમાં આવી બદીમાં ફસાતા અટકો એટલી પ્રાર્થના.

*

(૧૧૬) શારદાબેન–અમદાવાદ

આપનો પત્ર તંત્રી 'બહુરૂપી' ઉપર લખેલો તેમની મારફત થઇને મળ્યો. આપનો આખો પત્ર જ ઉતારૂં છું.

'હાલ મારી ઉંમર ૨૩ વરસની છે. હજુ મારાં લગ્ન થયાં નથી. હું એક યુવકને સાચા હૃદયથી ચાહું છું. મારાં માબાપ મને તે યુવક સાથે પરણાવવાની સાફ ના પાડે છે. મારો વ્હાલમ મારી સાથે પરણવા પોતાના જીવનાં જોખમો ખેડી રહ્યો છે. મારી મરજી મારા

વ્હાલા સાથે પરણવાની છે અને આત્મભોગ આપવા તૈયાર છું. મારો વ્હાલો મને સીવીલ મેરેજ કરવા સમજાવી રહ્યો છે. પરંતુ મારા બાપ એક રાક્ષસ જેવા છે. તેમના દબાણ સામે મારાથી આંખ પણ ઉંચી કરી શકાતી નથી. આમ હું સુડીની વચ્ચે સોપારીની જેમ કચડાઈ ગઈ છું. આપ મુજ ગરીબને એવો રસ્તો બતાવો કે નિર્વિઘ્ને હું મારા વ્હાલાને મેળવી શકું.'

બહેન, તમારા પત્રના ત્રણ મુદ્દા છેઃ તમે એક એવા પુરૂષને ચાહો છો કે જેમાં તમારાં માતપિતા વિરોધ કરે છે, તમે તેને મેળવવા ઇંતેજાર છો પણ હીંમત નથી. તમારા વ્હાલમ જીવનાં જોખમ ખેડે છે.

પ્રથમ મુદ્દો એ છે કે તમને ચહાવાનો ચેપ ક્યાંથી લાગ્યો? જરાએ કરડી આંખ ન કરશો, બહેન! આજે એ ચેપ એટલો કેળવાયેલા વર્ગમાં પ્રસરી ગયો છે કે આંખે પાટા અને કાને આંગળીઓ ઘાલી, કૂવાનું પુરૂં માપ કાઢયા સિવાય તેઓ ધબોધબ અંદર કૂદી પડવા લાગ્યાં છે.

ચહાવું એટલે પ્રેમ કરવો. પરંતુ પ્રેમ કરવાના સ્થાન અથવા પાત્રનો આજુબાજુ—અવળોસવળો વિચાર કરવાની તક પણ લેવી જોઇએ કે નહિ?

પ્રેમની વાસ્તવિકતા સમજ્યાં છો? ભૂલશો નહિ કે મોહ અને પ્રેમ એ ન ઓળખી શકાય તેવાં સરખા વેશધારી શસ્ત્રો છે. તેમાં પણ પ્રેમ કરતાં મોહ એટલો તીવ્ર અને ઉતાવળો છે કે તેનામાં આમોશ પકડવાની, ધીરજ રાખવાની, સહન કરવાની બહુ ઓછી તાકાત છે, એ સ્વાર્પણ બતાવે છે, મરી ફીટવા તૈયાર છે, તે ક્યાં સુધી? દેહમાં ભરેલી સૌરભની ખુશબો આવે ત્યાંસુધી. પ્રેમ એ એટલો પામર નથી. તેને દેહ સાથે સંબંધ નથી, બહેન! એ તો આત્માની સાથે ઓતપ્રોત થાય છે. તેને દૈહિક મિલન, લગ્ન, સુંદરતા કે ભોગવવાની જરાએ પરવા નથી, કે નથી હોતો તરવરાટ. એ તો

ભોગ આપવા અહર્નિશ તૈયાર રહે છે. મરનારનાં અસ્થી ઉપર આંસુ વહેવડાવતાં, લાંબી સોડે સુતેલાની કબર ઉપર પુષ્પ ચડાવતાં પ્રેમીઓ તમે સાંભળ્યાં હશે. તાજો દાખલો આપું ' મધર ઈંડીઆ 'ની ફીલ્મનો:

એક કેળવાયેલા પુરૂષને બે કુમારિકાઓ ચાહે છે. એક છે ઘરમાં ઉછરેલી અને બીજી છે કોલેજકન્યા.

પરંતુ આ પામર પુરૂષ, દેહથી ડરતી પણ આત્માનાં પ્રેમપુર્ણ અમીઝરણાં વહેવરાવતી, સેવા અને સ્વાર્પણ માટે જેની એકે અવસ્થા શૂન્ય નથી એવી સરલ કુમારિકાને, પેલી કોલેજ કન્યાના મોહપાશથી ભૂલે છે. માતા મનાવવા જાય છે, તેને ' આયા ' કહી તિરસ્કારે છે, અને કોલેજ કન્યાને સર્વસ્વ માનનાર પુરૂષ તેની સોબતમાં મસ્ત બને છે. માતાની વિચારસરણી સારી નથી લાગતી એ પુરૂષને. તેવી રીતે તમે પણ પિતાને રાક્ષસ જ કહો છો ને, બેન !

સમય એવો આવે છે કે પુરૂષ અકસ્માતના કારણે આંખે અંધ બને છે, અને પછી કોલેજની કન્યા તુરત બીજો પ્રેમિક શોધી લે છે, આ યુવકને ઘરમાંથી કાઢી મૂકે છે. આખરે સાચા પ્રેમથી ચાહતી પેલી સાદી છોકરી આ આંધળાની સાથી બની, તેની સારવાર અને ઉપાયો કરી તેને દેખતો કરે છે.

ભલે ફીલ્મની હકીકત કલ્પિત ને ઉપજાવી કાઢેલી હોય. પરંતુ તેની વાસ્તવિકતા તો બરાબર છે. આજે કહેવાતાં પ્રેમ નાટકો આપણા સમાજમાં ભજવાય છે, તે આવાં જ પ્રકારનાં હોય છે. ચાહવાનાં બ્હાનાં તળે નરદમ વાસના ભરી હોય છે. અને એ વાસના તૃપ્ત કરવાનું સરલતાભર્યું સાધન બેહુદું બને છે, પ્રેમનો પોપટ પાંખો ફફડાવી ઉડી જાય છે.

શારદાબેન, હું એમ કહું છું કે ન કરે નારાયણ અને આપને કોઈ એવો અકસ્માત નડે અથવા આપની સુરૂપતામાં ખામી આવે એવી રીતે કોઈ એક આંખ નાશ પામે, પગે લંગડાં બની જાઓ કે શરીર ઉપર કોઢ નિકળી આવે તો ?

તો આપનો વ્હાલમ આજે જેટલો તરવરાટ અને જેટલી લીલીલ મેરેજની ઉતાવળ કરે છે તેટલી જ જારી રાખે ખરો? તમે કહેશો 'હા.' હું કહું છું 'ના.' તમે જે કહો છો એ તમારા દિલની નિર્દોષતા છે. તમે માની બેઠાં છો એટલો એ સાચો પ્રેમ નથી ધરાવતો, બહેન! આજે પ્રેમના બહાને ઘણી કુમારિકાઓ ભોળાઈને છેતરાઈ છે. લગ્ન પહેલાં પુરૂષોએ જણાવેલાં ભરેલાં સરોવરમાં લગ્ન પછી પથરાય ઉડતા નથી હોતા! ખાલી આંબલી પીંપળી બતાવી મોટી મોટી વાતો અને હવાઈ ઇમારતો બાંધીને તે ફોસલાવે છે. કુમારિકાઓ સર્વ સાચું માની, કુળ, માતા, પિતા, સગાંસંબંધીનો ત્યાગ કરી, એક નવા જગતમાં જઈ પડે છે, જ્યાં માત્ર તેને એક પતિનું અવલંબન હોય છે. પરંતુ જ્યારે મોહનાં વાદળાં વીખરાઈ જઈ સાચા સ્વભાવનો સૂર્ય તપવા લાગે છે ત્યારે એને એ તપતા ખારા રણમાં કયાંય એક એવો વરખડો નથી મળતો કે જેની થોડીક છાયા મેળવીને તે શીતળતાનો અનુભવ કરે. કારણ કે સમાજનાં બંધનો એણે ફગાવી દીધેલાં હોય છે. એટલે આશ્વાસન મેળવવાનાં સ્થાન રૂપ માતાપિતા પાસે જઈ શકાતું નથી. અને એની સ્થિતિ 'ધોબીનો કુતરો વાટનો નહિ અને ઘાટનો પણ નહિ' એવી થાય છે.

આ બધી હકીકત કદાચ તમોને અત્યારે નહિ રૂચે એમ પણ હું માનું છું. પરંતુ મેં મોહને આંધળાની ઉપમા આપી છે. કારણ કે મોહવાળો માનવી બુદ્ધિ અને સારાસારને વિચારવાની શક્તિ ગુમાવી બેસે છે. એવી સ્થિતિ તમારી છે. એમ તમારા પત્રથી લાગે છે.

એટલે ભવિષ્યમાં તમારૂં ભલું કરવા ચાહતાં હો તો તમારા પ્રેમિકની ચારે બાજુનો પૂરો વિચાર કરો. તેનાં વાણી અને વર્તનની તપાસ કરો. બને તો માતાપિતાને સમજાવી એમની સંમતિ મેળવી લગ્ન કરો તો સુખી થશો.

*

(૧૧૭) શ્રી. એસ. ટી.—રાજકોટ

પત્ર મળ્યો. તમારી સ્થિતિને એક પ્રકારની નપુંસકતા જ કહેવાય. જણાય છે કે ધીમે ધીમે તમો સંસારને માટે નાલાયક બનતા જશો, અને એમ જ થવું જોઇએ. કર્મનાં ફળ જો ન મળતાં હોત તો કુદરતને કોઇ માનત નહિ.

ઉપાય બતાવવાથી કોઇ લાભ નથી. સારા ચિકિત્સકને શરણે જઇ ખરા દીલથી ઉપચાર કરાવો તો જ લાભની આશા રાખી શકાય.

અશ્લીલતા જેમાં ભરપુર ભરી હોય એવા તમારા બીજા પ્રશ્નોનો ઉત્તર આપી શકાતો નથી.

*

(૧૧૮) ૭૮૬—કડી

પુત્રીના કાન માટે બહુ મોટી જગ્યાએ જઇ આવ્યા, બિરાદર! એક પણ દેશી ઉપચાર તરફ વળ્યા પહેલાં મોટાં ઇંજેકશનો અને સીવીલ સર્જનોને ત્યાં દોડાદોડી ન કરી હોત તો?

ફટકડીને ફુલાવી લ્યો. તલના તેલમાં કમરો નાંખી ગરમ કરી લ્યો. સાદા પાણીથી કાન ધોઇ સાફ કરી પ્રથમ કાગળની ભુંગળી બનાવી, ફટકડી ભભરાવો અને પછી બબે ટીપાં તેલનાં મૂકો.

નામ મોટાં ને દર્શન ખોટાં જેવી વિલાયતી પેટંટ દવાને હું બહુ ઓળખતો નથી. મારે ત્યાં તો કમરો ને ફટકડી મળે, બાપુ! કારણ કે હું ગરીબ અને મારો દેશ પણ ગરીબ રહ્યો. પરંતુ આપણી આંખો સામેની વસ્તુને આપણે ક્યાં જોઇ શકીએ છીએ? 'તરણાં ઓઠે ડુંગર રે, ડુંગર કોઇ દેખે નહિ!'

*

(૧૧૯) પ્રેમજી ભગવાનજી

પત્ર મળ્યો. તમારા દર્દ માટે વગર પૈસે બની શકે એવો કોઇ પ્રયોગ હું જાણુતો નથી. કોઇ ધર્માદા દવાખાનામાં જાઓ અને ગરીબાઇથી દવાની યાચના કરો. ઇશ્વર છે, મળી આવશે.

*

(૧૨૦) કનૈયાલાલ—મ્હેતા

શરીરનું કદ વધારવા માટે ઉંચે લટકાવેલો ઝુલો કે લાકડું ઝાલી ટીંગાવાથી અને ખૂબ હીંચકા ખાવાથી શરીરનું કદ વધે છે. દવામાં આહન, ઘી તથા સાકર સાથે આપવું. લસણુપાક કે ગોદંતી હરતાલ પણ ઉપયોગી છે.

ઉઘ લાવવા માટે- ઉંઘ શા કારણુથી નથી આવતી એની તપાસ પ્રથમ કરવાની જરૂર છે. માનસિક નિર્બળતા હોય અને વિચારોનું તુમુલ યુદ્ધ મગજને શાંત ન થવા દેતું હોય તો પાગલની જડી તો. ૫, આંબળાં તો. ૨ા ગંઠોડા તો. ૧ા, જટામાંસી તો. ૧ા.

તેને ખાંડી ગુલાબજળમાં ઘુંટી બોરના ઠળીયા જેવડી ગોળી વાળવી. બે ગોળી જમ્યા પછી બપોરે અને બે ગોળી રાત્રે સુતા પહેલાં એક કલાકે પાણી સાથે લેવાથી મજાની ઉંઘ આવી જાય છે. મગજને બહેરૂં કરી, જ્ઞાનતંતુને લુલાં બનાવી, સ્નાયુને શીથીલ કરી, સાચી ઉંઘ નહિ પણુ તંદ્રા આપનારા પોટાશ બ્રોમાઇડ અને હાઇડ્રોકલોરીડ જેવી ઘેન લાવનારી દવાઓ વાપરનાર ડાક્ટર ભાઇઓને અમે ભલામણુ કરીએ છીએ કે, આવી દેશી નિર્દોષ દવાઓ અજમાવો અને કોઇ પણુ નુકસાન કર્યા સિવાય દરદીને કેવી મજાની ઉંઘ આવે છે તેની ખાત્રી કરો એ દવા ઘેનકારક નથી. રાત્રે બરાબર ઉંઘ આવશે એટલે સ્હવારમાં જે અશાંતિ વર્તાય છે તે નહિ વર્તાય.

*

(૧૨૧) ડી. એમ.–પારડી

પત્ર મળ્યો. આપને ઢીંચણની ઢાંકણી નીચે દુઃખાવેા થાય છે. તે માટે આંપને નીચેની દવા લેવાની જરૂર છે તથા ચેાળવાની દવા પણ બતાવું છું.

આકડાનાં રવૈડાં તેા. ૫, ગુગળ તેા. ૨ાા, લવીંગ તેા. ૧. રવૈડાં એટલે આકડાનાં ફુલની વચમાં જે ચેાકડી જેવું દીંટુ હેાય છે તેને રવૈડાં કહે છે. તેને ખરલમાં પ્રથમ ખૂબ ઘુંટી અંદર ચેાખ્ખેા ગુગળ અને લવીંગનેા ભુક્કેા કરી બરાબર મેળવી ચણાના દાણા જેવડી ગેાળી વાળવી. દિવસમાં ત્રણ વખત બબે ગેાળી પાણી સાથે ગળવી.

માલકાંકણીનું તેલ, કેજ્યુપુટીનું તેલ, યુકેલીપટસનું તેલ, ટરપેન્ટાઇનનું તેલ, નારાયણ તેલ, સરખા વજને મેળવેા અને એક તેાલેા અંદર કપુર નાંખેા. કપુર અંદર ઓગળી જશે. આ તેલ લગાવવાથી ગમે તે ભાગના દુઃખાવા, વાયુથી સાંધા ઝલાવા વગેરે ઉપર સરસ કામ કરે છે. તેમાં બે તેલ દેશી છે, ત્રણ વિલાયતી છે.

બીજો પ્રશ્ન એક ૨૩ વરસની છેાકરીને કેડ ફાટે છે તેનેા છે. સ્ત્રીઓને કેડેાનેા દુઃખાવેા ઘણું કરી તેમની ગર્ભાશયની બિમારીને લઇને થાય છે. પણ તેમાં મુંબઇની મેાટામાં માટી હેાસ્પીટલની સારવારથી પણ સારૂં ન થયું એ પણ આશ્ચર્યની વાત છે. ખેર એક ગરીબડેા પ્રયેાગ એકાદ મહિનેા આપી જુવેા ને.

તજ તેા. ૫, ચેાપચીની તેા. ૧૦. આ બે વસ્તુ સરખા વજને ખાંડી બબે વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત આપેા. ધાતુ જતી હેાય તેા સવાર સાંજ એકેક કેળું ખવરાવેા. બેદાં બંધ કરેા, અને કડવા લીંબડાના પાણીનેા ડુશ આપેા. મારૂં માનવું છે કે જરૂર આરામ થઇ જશે.

*

(૧૨૨) કુમાર—અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો. ગયા અંકમાં શ્રી. શારદા બ્હેનને મારા તરફથી અપાયેલી સલાહ આપના વાંચવામાં આવ્યા પછી તે બાબત તરફ મારૂં ધ્યાન ખેંચતો અને મારી સલાહ અવાસ્તવિક છે એવું જણાવતો આપનો આ પત્ર છે.

ખરી રીતે એક પ્રશ્નના જવાબ ઉપર આવી રીતે ચર્ચા ઉપસ્થિત કરવી એ વાજબી નથી. કેમકે એથી તો તેનો પાર જ આવે નહિ. છતાં પુરૂષવર્ગને મારાથી અન્યાય ન થાય તથા 'બહુરૂપી'ના વાચકવૃન્દને આ ચર્ચા જુદી જુદી દૃષ્ટિથી વિચારવા યોગ્ય થશે એમ માનીને પ્રથમ આપનો પત્ર ઉતારીને પછી તેનો જવાબ આપવા પ્રયત્ન કરીશ.

આપનો પત્ર આ પ્રમાણે:

'તમો સદરહુ બાળાને લખો છો કે એ પ્રેમિક સ્વાર્પણ બતાવે છે, મરી ફીટવા તૈયાર છે તે ક્યાં સુધી? દેહમાં ભરેલી સૌરભની ખુશબો આવે ત્યાં સુધી! આપને શી ખબર કે સદરહુ યુવકનો પ્રેમ કૃત્રિમ અને માત્ર દેહનો ભોગ કરવા માટે જ છે? આવું લખાણ લખી તમે શા માટે તે યુવતીનુ મન ઉંચુ કરવા પ્રયાસ કરો છો? હું કબુલ કરૂં છું કે અત્યારના ઘણાખરા પ્રેમી સૌન્દર્યપૂજક હશે, પણ કોઇક અપવાદ નહિ હોય તેની ખાત્રી કર્યા સિવાય આપ આ પ્રમાણે લખો તે ઠીક નહિ.

'બીજું તમો 'મધર ઇન્ડીયા'નાં પ્રેમપાત્રોનો દાખલો આપો છો. તેમાં જેમ સાદી છોકરી અંધ બનેલા પુરૂષને છોડતી નથી તેમ શું પુરૂષ ના કરી શકે? અને પુરૂષ આત્મભોગ ના આપી શકે તેવું તો નથી જ.

'ત્રીજું તમે શારદા બ્હેનને લખો છો કે ન કરે નારાયણ અને આપને કોઇ એવો અકસ્માત નડે અથવા આપની સુરૂપતામાં ખામી

આવે એવી રીતે એક આંખ નાશ પામે, પગે લંગડાં બની જાઓ કે શરીરે કોઢ નીકળે તો આપનો વ્હાલમ આજે જેટલો તરવરાટ અને સીવીલમેરેજ માટે ઉતાવળ કરે છે તેટલી જારી રાખે ખરો ?

'અને તમારા જ સવાલનો તમો જવાબ આપો છો 'ના!' સાહેબ! કોઇના દીલમાં પેસી નીકળ્યા તો નથી ને ? માફ કરજો, જરા શબ્દો કડક લખાઇ ગયા છે. પરંતુ ઝેરનાં કાંઇ પારખાં હોય ? એ તો અગાઉ આવી ગયેલા પ્રસંગો પરથી માણસની પરીક્ષા એ બાળાએ કરવી ઘટે છે. મને લાગે છે કે આપ લગ્ન કરવાની સલાહ આપીને સદરહુ બાળાના વાલીઓની ખફગી વહોરવાનું જોખમ ઉઠાવવા નહિ માગતા હો, તેથી જ આપે આવો જવાબ આપી સદરહુ બાળાનું દિલ તોડી નાંખવાનો પ્રયાસ કર્યો છે. માફ કરજો, હું તમારા ઉપર કોઇ જાતના આક્ષેપ કરતો નથી, સ્વાભાવિક લખું છું.

'મને લાગે છે મોટી આશાએ તમારી પાસે સલાહ માંગનાર બાળાના હૃદયના તમે ખોટી રીતે ટુકડા કર્યા છે. આ મારા લખાણમાં આપને કોઇ ભૂલ લાગે તો બેશક તમે તેનો ઉલેખ કરી શકો છો.

'મારા આ પત્ર ઉપરથી આપ મારો સદરહુ યુવતી સાથે કોઇ સંબંધ છે એવો વહેમ ન રાખશો.' ઇત્યાદિ.

પ્રિય ભાઇ! આપનો આખો પત્ર ઉપર ઉતાર્યો છે. હવે તમો જેમાં મારાથી જુદા પડો છો તેટલા થોડાક મુદ્દા ઉપર આપણે ચર્ચા કરીએ.

જો ભોગને અર્થે કૃત્રિમતા ન હોય તો, સીવીલમેરેજ બાબત સમજાવવાનો તવરાટ શા માટે ? લગ્ન એ શું ભોગ ભોગવવા માટે સ્વાતંત્ર્યનો ખુલતો દરવાજો નથી ? એ માત્ર પ્રેમ જ હોય, સ્વાર્પણ જ હોય તો લગ્નની ઉતાવળ શા માટે ? લગ્નની જરૂર પણ શી ? પ્રેમનું સક્રિય રૂપ શું દેહમિલન છે ?

આપ કબુલ કરો છો કે અત્યારનાં ઘણાંખરાં પ્રેમી સૌન્દર્યપૂજક હોય છે, અને તેમાંના અપવાદરૂપે આ કિસ્સામાં એ પુરૂષને સ્થાન

આપો છો. અપવાદ એ જ અસંભવ ગણાય છે. તો અસંભવ વસ્તુ પ્રત્યે મારાથી કેમ સલાહ અપાય કે લગ્ન કરી લ્યો!

પુરૂષો સ્વાર્પણ કરતા હશે, પરંતુ તેની માત્રા બહુ નજીવી છે, એ તો હું મારી પ્રવૃત્તિમાં મને મળેલા અનેક અનુભવથી કહી શકું છું. બિરાદર! મારા વૈદકીય ધંધાને અંગે હજારો કુટુંબો—નર અને નારીઓના સંસર્ગમાં હું આવ્યો છું, અને એમનાં અંતઃકરણનાં ઉંડાણ મેં વાંચ્યાં છે. એટલે નીડરપણે મારે કહેવું જોઇએ અને હું કહું છું કે પુરૂષોએ અનેક સ્વાર્થી રૂપપલટા કરી અનેક બાળાઓને ભરમાવી છે અને એવા અનેક દાખલા મારી નોંધપોથીમાં પડ્યા છે.

પરંતુ આપને એવી થોડી જ કન્યાઓ હાથ લાગશે કે જેમણે પોતાનું ખરૂં રૂપ છુપાવી, પુરૂષને છેતરવાના પ્રયાસ કર્યા હોય. એ સ્ત્રી છે અને સ્ત્રીહૃદય છે. ભલે અમુક સંજોગોમાં એ છળ–કપટનો આશ્રય પણ લેતી હશે, છતાં પંચાણું ટકા એ કોમળ હૃદયની છે. અને પ્રેમ જેવી વસ્તુમાં તે એટલી નરમ બને છે કે તેના હૃદયનાં કોઇ ખૂણામાં કઠિનાઇ રહી શકતી નથી. આ ચર્ચા તો આપણે સન્નારીઓની કરીએ છીએ. તેને વારવનિતાઓ–વેશ્યાઓ માટે ઘટાવવી ન જોઇએ. એ તો ધંધાદારી સ્ત્રીઓ છે. છતાં તેમાં પણ કોઇ સ્વાર્પણ કરનારી મળી આવે છે.

એક રસ્તે જતો મુસાફર માર્ગની સરલતા માટે પૂછે તો તેને માર્ગની સરલતા બતાવતાં પહેલાં ભયસ્થાનો બતાવવાં જોઇએ. તેનો પ્રવાસ અટકી પડે અથવા જોખમાય કિંવા અથડામણ ઉભી થાય, તેવા ખાડા, ટેકરા, આડફેટ રસ્તા અને માર્ગની ભયંકરતા જો ન બતાવવામાં આવે તો તે માર્ગ એ પાર કરી શકતો નથી, અથવા સ્વરક્ષણ કરવાને તે હોંશીયાર રહેતો નથી. બાકી રસ્તામાં રેત પાથરી છે, સીમેન્ટ કે ડામર છે, ઝગઝગાટ છે, વગેરે કહેવાની ખાસ જરૂર નથી. એ કાંઇ સરલતા બાબત પુછતો નથી. એને તો વચ્ચેનાં ભયસ્થાન કે ભુલામણીની બીક હોય છે.

ઝેરનાં પારખાં ન થાય, પણ મીઠાશે વીંટાયેલું ઝેર હોય તો ? બાળા તેના પ્રેમિકની ઉપલક સહવાસે શી પરીક્ષા કરી શકે ? સાડી મંગાવે, સંદેશો કહેવરાવે અને તે આવે છે કે નહિ એની પરીક્ષા કરે ! થોડા પૈસા માંગી જુએ અથવા પિતામાતાને ખબર પાડયા વગર છાનાં ઉપડી જઇને લગ્ન કરવા માટે એ પ્રેમિક ગુપ્ત રીતે મોટર વગેરેનો બંદોબસ્ત કરી શકે છે કે નહિ તે જાણી લે ! વળી માતાપિતાના ભયથી થરથરતી છુપી રીતે પા અડધો કલાક પ્રેમિકને મળી લેતી બાળા તેના પ્રેમની સાચી પરીક્ષા શી કરવાની છે ?

માતાપિતા એ પુરૂષ સાથે લગ્ન કરવાની ના કહે છે તેનું કાંઇક કારણ તો હોવું જ જોઇએ. વૃદ્ધલગ્ન, વિક્રયલગ્ન, રોગી સાથેનાં લગ્ન સામે તો સહરહુ બાળા પણ બળવો ઉઠાવી શકે છે. એવાં કારણોમાં તો અનેક સાથ એને મળી આવશે. પરંતુ નૈતિક હીંમત રાખીને એ બહેન બહાર નથી પડી શકતાં. ૨૩ વર્ષની ઉમર એ કાંઇ નાની ઉમર તો નથી. તેમનાં માતાપિતા એમને કુંવારા રાખવાં તો નથી જ માગતાં. ત્યારે તેમની પસંદગી અને પોતાની પસંદગીના ગુણદોષની તપાસ કરવી જોઇએ !

કદાચ એ બહેન આંતરજાતીય લગ્નથી જોડાવા માગતાં હોય અથવા એમણે સાધેલા પ્રેમનું પાત્ર એવું હોય કે તેની સાથે જોડવામાં માતાપિતાને સમાજ, જ્ઞાતિ, વર્તુલ, વ્યૂહનો બાદ આવતો હોય એથી તેઓ ઇન્કાર કરતાં હોય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ સુધારક લગ્ન કરતાં પહેલાં ખૂબ વિચાર કરવાની જરૂર છે એમ આપને નથી લાગતું ? અત્યારનાં સુધારક લગ્નો કેટલાં સુખી નીવડે છે તે તો કોઇ પણ માણસ તટસ્થ દૃષ્ટિથી પાશ્ચાત્ય લગ્નપ્રણાલિની સાથે સરખાવી તુલનાત્મક દૃષ્ટિથી વિચાર કરે ત્યારે સમજાય.

બાકી સ્ત્રીઓએ લગ્ન કરતા પહેલાં ખૂબ સાવચેતી રાખવાની એટલા માટે જરૂર છે કે તે ગમે તેટલા ઉંચા દરજ્જાની હોય, સુધારક વિચારની હોય છતાં તેને પુરૂષને આધીન, પુરૂષોથી પરતંત્ર

રહેવું પડે છે. હજુ હિંદનો સામાજીક સુધારો એટલી હદે આવી નથી શકયો કે જેટલો દરજ્જો સ્વતંત્ર પુરૂષ ભોગવી શકે છે તેટલો સ્ત્રી ભોગવતી હોય. એટલે એના જીવનવ્યવહારમાં એને પુરૂષને આધીન રહેવું પડે છે. નાણું, વસ્ત્ર, પ્રવૃત્તિ, ઉપભોગનાં સાધનો, વગેરે માટે સ્ત્રીઓને હજી પુરૂષનું અવલંબન છે. કારણ કે આ દેશમાં કમાણી કરનાર અથવા ઉત્પાદક શકિત પુરૂષની છે. એટલે પુરૂષ એનો અધિકારી પોતાને માનતો આવ્યો છે અને માને છે. મીલકતનો ધણી પોતે છે એમ એને સંપૂર્ણપણે ઠસી ગયું છે અને આપણા કાયદાઓએ તે વિચારને પોષ્યો છે. પુરૂષ અને સ્ત્રી પરસ્પર સહાયક થઇને પેદા કરતાં હોવા છતાં સ્ત્રી જ્યારે સંજોગોવશાત જુદી થાય છે ત્યારે તેને માત્ર વધુમાં વધુ ખોરાકી આપવા પુરતી સગવડ મળે છે. ખરી રીતે એ મીલકતમાં અરધો ભાગ તેને કેમ નથી મળતો ? કારણ કે એ પરણીને આવેલી છે. પુરૂષ વારસદાર અને હક્કદાર છે. પુરૂષ પિતાને ઘેર વારસદાર તરીકે હક્કદાર રહે છે. કન્યાને તેના પિતાને ત્યાંથી પરણીને લાવે છે એટલે એ બહારથી આવેલી જ રહે છે.

પુરૂષ કન્યાના પિતાને ઘેર જઇ રહે તોપણ અર્થ સરતો નથી. કન્યાના પિતાનો વારસ તો એનો પુત્ર જ બને છે ને !

એટલે જ લગ્ન કરતાં પહેલાં–તેમાં પણ સુધારક અથવા ઇચ્છાલગ્ન કરતાં પહેલાં જો કન્યા આવા વિચારોથી ખુબ મંથન કર્યા વગર જોડાણ કરે છે–પાંચ દિવસના સ્નેહના ઉદ્ભવેલા વહેણમાં તણાઇ જાય છે, તો એ જરૂર કોઇ ખડક સાથે અથડાઇ પડે છે.

બીજું આપનું માનવું છે કે તેના માતા–પિતાની ખફગી વ્હોરવાના ભયથી મેં સાચી સલાહ નથી આપી ! એ વાત આપની બરાબર નથી. માતા–પિતાનો રોષ મારા ઉપર ઉતરે એવું કોઇ કારણ નથી. કેમ કે અમદાવાદ જેવા શહેરમાં શારદા નામની કન્યા પાંચ લાખની વસતિમાં એ જ એક હોય એમ કેમ એના માતાપિતા માની લે ? અથવા એ ઉપનામ પણ

મને પત્ર લખનાર કોઇ બીજા નામની કન્યાનું હોઇ શકે. એટલે આ સલાહમાં માતાપિતાની ખફગી ઉપર દૃષ્ટિ જવી અસંભવ છે, અને સંભવિત હોય તોપણ સલાહ લેનારે સલાહ આપનારને અનુસરવું જ જોઇએ એમ તો નથી બનતું! સલાહ આપનારના કથનમાંથી તે યોગ્ય તત્ત્વને ગ્રહણ કરી લે એ શું ખોટું છે? માર્ગમાં ચાલતાં કુવો હોય તેની ઉપર ઘાસ બિછાવી, દેખીતી રીતે ભૂમિ જણાતી હોય, તો સલાહ આપનાર ચેતાવે એથી એને હાનિ ન થાય પણ સાવચેતી મળે છે. બાકી આજના જમાનામાં માણસો એટલા વિચારોમાં પરતંત્ર નથી કે સલાહ ઉપરથી પોતાના બધા વિચારો છોડી સલાહ આપનારને અક્ષરશઃ અનુસરે છે. છતાંએ મેં તેના પ્રેમિક સાથે લગ્ન નહિ કરવાનો ઉપદેશ તો આપ્યો જ નથી. મેં તો એક જ પ્રવાહ ઉપર વહી રહેલા મનને બીજી બાજુ તરફ જોઇ લેવા લક્ષ દોર્યું છે. એ મારો છેલ્લો પેરીગ્રાફ વાંચશો તો આપને જણાઇ રહેશે.

બાકી સલાહ આપનાર એ કોઇ સર્વજ્ઞ તો નથી જ. પોતાના જ્ઞાન, અનુભવ, વિચાર, અને વાતાવરણમાં રહેલી હવાને અનુસરી તે પોતાનો અભિપ્રાય આપી શકે. સલાહ લેનાર વિચાર કરી યોગ્ય તત્ત્વ ગ્રહણ કરી શકે. કયું તત્ત્વ હિતકારી છે એ તો એના સ્વભાવ અને ગ્રહણ કરવાની શક્તિ ઉપર આધાર રાખે છે. મને યોગ્ય લાગી તે સલાહ મેં આપી છે. શારદાબ્હેન તેને અનુસરે યા નહિ તેની સાથે મને નિસબત નથી. તમારો તેમની સાથે સંબંધ હોય કે ન હોય, તે બાબત મારે વિચાર કરવાની જરૂર નથી. તમે એક યુવાન છો. તમને સુજ્યું તે તમે લખ્યું. મારી વિચારણા તમે જાણી. કદાચ શારદાબ્હેન પણ આ વાંચી શકશે. આ વિષયને લંબાવવા મારી ઇચ્છા નથી. એટલે તેની ચર્ચામાં ઉતરશો નહિ. કદાચ પત્ર લખશો તો તેને સ્થાન મળશે નહિ.

*

(૧૨૩) શ્રી. ઝા—જુનાગઢ

પત્ર મળ્યો. બિરાદર, 'બહુરૂપી'ના તંત્રી મારફત પત્ર મોકલવાની કોઈ જરૂર નહોતી. સીધો પત્ર લખ્યો હોત તો પણ યોગ્ય થાત.

'બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને' એ મથાળા તળે આવતા પત્રો આપને પ્રથમ બનાવટી લાગેલા! માનવસ્વભાવ શંકાશીલ છે. વળી કેટલાક અખબારનવેશો એ પ્રમાણે કરતા હોવાની વાતો પણ થાય છે. એટલે આપને એ પ્રમાણે લાગ્યું હોય તો તેમાં મને કશું આશ્ચર્ય કે દુઃખ થતું નથી. પરંતુ મારી તથા 'બહુરૂપી'ના તંત્રીની એક જ નીતિ છે કે વાચકોને અમારાથી બની શકે તે રીતે ઉપયોગી થવું. તેમને આડે રવાડે ચડાવી તેમની જુગુપ્સાને ઉશ્કેરવી નહિ. પત્રોનો સારાંશ તથા તેના જવાબો ઉપરથી તમે એ જોઈ શકતા હશો.

વારૂ, આ કોલમ ઉઘાડયા પછી સેંકડો પત્રો આવે છે, જેમાં પોણા ભાગના પત્રોનો સીધો જવાબ લખાય છે, પા ભાગના પત્રોનો જવાબ 'બહુરૂપી' મારફત અપાય છે. અઠવાડીએ લગભગ પંદર-સત્તર પત્રો આવે છે, જેમાંથી અશ્લીલ, અવાસ્તવિક પત્રોનો નાશ કરાય છે. જવાબ આપવા જેવા પત્રો અનુક્રમે પ્રગટ થાય છે. એક અંકમાં બે-ત્રણ પત્રના જવાબ આવે. એટલે એક બે મહિનાના પત્રો હજુ જવાબ આપવાના પડયા છે. માત્ર તમારા પત્રનો જવાબ આગળ મૂકયો છે. કારણ કે તમારી ઇંતેજારી વધુ છે.

આપના પ્રશ્નનો અવાજ છેઃ સ્વપ્નદોષ અને તેથી થયેલી મુંઝવણ. રાખવી જોઇતી બધી સાવચેતી રાખો છો, આહારવિહાર નિયમિત કરો છો, માનસિક સ્થિતિ ઉપર કાબુ છે, યોગનાં કેટલાક આસનો પણ કરો છો, છતાં સ્વપ્નદોષ આપને સતાવે છે અને કલ્પના કરો છો કે આમાંથી ક્ષય તો નહિ થાય?

પ્રથમ તો હું આપને પૂછું છું કે સ્વપ્નદોષથી ક્ષય થાય એવું કોણે કહ્યું? એ ભય શા માટે તમે નજર સામે રાખી રહ્યા છો? હું તો તમોને હિંમતપૂર્વક કહું છું કે ક્ષય તમોને થાય જ નહિ.

પરંતુ તમારા સ્વપ્નદોષના કારણનો હાઉ તમારા પત્રમાંથી જ મને સાંપડયો છે. એ છે તમારા મન ઉપર સવાર થયેલી ભાવી પત્નીની મોહકતા.

તમો લખો છો કે સંબંધ થયો છે. મળશે એ પત્ની પ્રેમાળ છે. એ પ્રેમાળ તમે કલ્પી હોય, જોઇ હોય, જાણી હોય, કે પછી પ્રેમના પરસ્પર પત્રો પાઠવી, મનસિંહાસન ઉપર એની મોહક મૂર્તિ સ્થાપી હોય. પરંતુ ભાઇ, સ્વપ્નાવસ્થામાં એ જ આપને સંતાપે છે. સ્વપ્નની અંદર મનવિશ્લેષણ ઓછું કામ કરતું નથી, અને દિવસે જેના વિચારો કરવામાં ન આવે તેનાં સ્વપ્ન આવવાનું બને નહિ. જો કે એમાં અપવાદ પણ હશે, છતાં તમારા માટે એ જ કારણ જણાય છે.

જે ઉપાયો લેવા જોઇએ તે તમે લીધા છે. ઉમર તમારી લાયક થઇ છે એટલે તમારે લગ્ન કરી લેવાં. સંસારમાં પડયા પછી સ્વપ્ન-દોષ બંધ થશે.

પત્નીને આ વાતની માહિતી આપવાની કોઇ જરૂર નથી. સ્વપ્ન-દોષની બિના ભાવી પત્નીને લખવા જેવાં ટાયલાં કરશો નહિ, ભાઇ! એથી શો લાભ થશે એ સમજી શકતો નથી. તમારા શરીરની ઉણપ અને દોષની બિના લખી તેના મનમાં વિનાકારણ શંકા ઉભી કરવી ઠીક નથી.

તેમ જ તમોને ખાસ કોઇ મહા વ્યાધિ નથી કે તમે એ તેને ન જણાવો એથી તેને અન્યાય થાય. મને લાગે છે દવાની જરૂર નથી, ઉપાય તો ઉપર સૂચવ્યો છે એ જ તમારે માટે સારો રસ્તો છે.

છતાં દવા લેવી જ હોય તો મુશલ્યાદી ચુર્ણ, રસાયન ચુર્ણ, ગળોસત્ત્વ, કેરબાની પીષ્ટી, લોહભસ્મ—આ દવાઓ ગુલકંદ સાથે લ્યો. તેની બનાવટ માટે આયુર્વેદિક પુસ્તકો અથવા 'રખે વહેમાતા' વાંચો. બધી બનાવટ એમાંથી મળશે.

*

(૧૨૪) શ્રી. બી. બી. જી. જી.–સુરત

પત્ર મળ્યો, તમોને પાણીની તરસ ઘણી લાગે છે અને પેશાબ કરવા ઘણી વખત જવું પડે છે તેનો ઉપાય માગો છો.

આ વ્યાધિ બે પ્રકારે થાય છે. એક તો જેને 'ડાયાબીટીસ' અથવા મધુમેહ કહેવામાં આવે છે તે વ્યાધિવાળાને પાણી પુષ્કળ પીવું જોઇએ છીએ અને પેશાબ પણ પુષ્કળ થાય છે. પરંતુ આ દરદીના પેશાબમાં સાકર જતી હોય છે. તેની ઉપલક પરીક્ષા એ છે કે જે જગ્યાએ પેશાબ કરવામાં આવ્યો હોય, તે જગ્યાએ કીડી મંકોડી ચઢે છે. બીજી રીતે બહુમૂત્ર રોગ હોય છે—જેને પણ લગભગ મધુમેહવાળાની માફક પેશાબ વધુ થાય છે, તરસ લાગે છે. છતાં તે ભાઇને સાકર જતી હોતી નથી.

મધુમેહ આપને હોય તો નિર્ણય કરીને જવાબ સીધો લખશો એટલે માર્ગ બતાવીશ. કારણ કે મધુમેહ એકાદ નુસખો બતાવવાથી મટે તેવો નથી. મહાવ્યાધિમાં એની ગણના છે અને સખત પરેજી પળાવી છ મહિના અને વધીને બાર મહિના સુધી દવા આપવી પડે છે. એની અંદર આપવામાં આવતી દવાઓ એટલી ખટપટવાળી અને શાસ્ત્રીય રીતે બનાવવાની હોય છે કે કોઇ સાધારણ માણસ બનાવી શકે નહિ.

પરંતુ બહુમૂત્ર હોય તો–

બહુફળી તો. ૫, સમુદ્રશોષનાં બી તો. ૨॥, રૂમીમસ્તકી તો. ૧॥, કાળી મુસળી તો. ૧॥, કેસર તો. ૦॥, કાળા તલ તો. ૧૦, સાકર તો. ૨૦.

બતાવેલા વજને ખાંડી સવાર સાંજ પાવલીભાર પાણી અથવા દૂધ સાથે ફાકો.

કાળી દ્રાક્ષ બીજ કાઢી નાંખી પાશેર જેટલી આખા દિવસમાં મીઠું નાંખેલી ધીમે ધીમે બબ્બે દાણા ખાઓ. તરસ લાગવી અને પેશાબ વધુ થવો બંધ થશે.

*

(૧૨૫) નં. ૧૭૬–પુના

બહેન, પત્ર મળ્યો. આપના પ્રશ્નોનો જવાબ સીદ્ધો મંગાવ્યો હોત તો સારૂં. આવા પ્રશ્નો જાહેર રીતે ચર્ચવામાં મને જરીક સંકોચ રહે છે. છતાં તમારો દુરાગ્રહ છે એટલે મારે જવાબ આપવો જ રહે છે.

પતિ તંદુરસ્ત છે, છતાં દોઢ બે મહિને સમાગમ આપે છે, તમારી ચાર છ દિવસે સમાગમની તીવ્ર ઇચ્છા અને માગણી છતાં ઇન્કાર કરે છે. પરિણામે તમને રાત્રિભર નિદ્રા નથી આવતી, બેચેની અને મગજ ઉપર એક પ્રકારનું દર્દ થાય છે કે જેને તમે જીરવી શકતાં નથી. પહેલો પ્રશ્ન આ છે.

પતિ તંદુરસ્ત હોવા છતાં અને તમારી માગણી છતાં ઇન્કાર કરે તેની પાછળ બે કારણો છેઃ એક તો ખાસ ઉદ્દેશની ખાતર પતિએ બ્રહ્મચર્ય ટકાવવાનો અથવા વીર્યરક્ષા કરવાનો નિર્ધાર કર્યો હોય તો એમ બને છે. અથવા એનું દિલ બહાર ક્યાંય બંધનમાં પડી ગયું હોય તોપણ એમ બનવા સંભવ છે. આ બન્ને કારણોમાં કયું કારણ છે તે આપે શોધી કાઢવું જોઇએ. મારા જેવો બહારનો માણસ ઉપાય સૂચવે એ કરતાં તમે એનો માર્ગ સરળતાથી કાઢી શકો. બહેન! તમારા દિલનાં દુઃખને શા માટે પતિ પાસે સ્પષ્ટ રીતે કહેતાં નથી? તેનામાં જો હૃદય અને લાગણી હશે તો એ પોતાની ખોટી માન્યતાનો ત્યાગ કરીને અવશ્ય સંતોષ આપશે જ. બાકી સ્ત્રીઓમાં આવતી કામની ભરતી વખતે જો સમાગમનું સુખ ન આપવામાં આવે તો તેના જ્ઞાન-તંતુ ઉપર બૂરી અસર થાય છે એ તો વૈદિક વિજ્ઞાન કહે છે. છતાં પણ સુશીલ અને દૃઢ મનની સ્ત્રી આ ભરતીના હલ્લાને સહન કરી પચાવી જાય છે અને તેની અસર તનમન ઉપર નથી થવા દેતી. આપની સ્થિતિનો વિચાર કરતાં કામભરતી આપને વિહ્વળ બનાવે

છે. છતાં ધારો તો એ આવેગને તમે મનના સંયમ અને સદ્વિચારથી ખાળી શકો છો. આપણી હિંદની સ્ત્રીઓ પતિવ્રતાનો સાચો આદર્શ સમજેલી છે અને એ વિયોગને સહન કરી વર્ષો કાઢી શકે છે, એવા આપ જો ધારશો તો આપની નજર સામે કેટલાય દાખલા જોવા મળશે. ખરૂં પૂછો તો વિદેશીઓ કરતાં હિંદની સન્નારીની એ જ મહત્તા છે કે તે માત્ર એક પતિવ્રત પાળી તેના તરફથી જેટલું સુખ મળે તેમાં જ રાચે છે અને આ એના ઉત્તમ આદર્શથી એણે દુનિયાને બોધપાઠ આપ્યો છે, તેથી જ હિંદની સ્ત્રીનું સંયમી અને ત્યાગવૃત્તિ-વાળું જીવન મોખરે રહે છે, બહેન !

પતિના પુરૂષત્વમાં ખામી લાગતી હોય તો થોડોક ઔષધોપચાર કરો. તેનાં ભોજનમાં દુધ, ઘી, મલાઇ, માખણ, વધુ આપો, જરૂર સફળ થશો.

બીજો પ્રશ્ન તમારો એ છે: આગળ એક બહેનનાં શરીરનાં પુરૂષજાતિ જેવાં અવયવો માટે તેનાં માતપિતાનાં વિરૂદ્ધ સમાગમનો દોષ બતાવેલો તે બાબત તમો તમારી સખીને મળીને એવા મંતવ્ય ઉપર આવ્યા છો કે વિરૂદ્ધ સમાગમ છતાં સંતાન સારાં થાય છે અને તેના પ્રમાણ તરીકે તમારી સખી લગભગ ૭૫ ટકા વિરૂદ્ધ સમાગમ કરે છે. (પતિ નીચે અને પત્ની ઉપર એ વિરૂદ્ધ સમાગમ) છતાં પ્રજા સારી છે !

ખરી વાત તો એ છે કે વિરૂદ્ધ સમાગમથી પુરૂષવીર્ય યોનિમાં રહી શકતું જ નથી પણ પાછું નીકળી આવે છે અને એ સમાગમથી, ગર્ભ રહેવાનો બહુ ઓછો સંભવ છે. છતાં રહે તો સોએ સો ટકા પ્રજા એવી જ અને વિરૂદ્ધ આચરણવાળી પાકે એમ પણ નથી.

એમાં અપવાદ પણ હોઇ શકે, છતાં મારા માનવા પ્રમાણે અને શારીરવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ વિરૂદ્ધ આસનથી સમાગમ કરવો હિતકારી નથી. ઘણાકો પશુઓની માફક સમાગમ કરવાથી આનંદ મેળવે

છે એવેા પણ મારી પાસે એકરાર કરનાર મળેલા. વાસ્તવિક આનંદ કેાને કહેવેા એ વ્યક્તિઓમાં પડેલા તેના માનસભેદ ઉપર આધાર રાખે છે. આપણે મનુષ્ય છીએ એટલે ક્રિયાની પાછળ બુદ્ધિનેા ઉપયેાગ કરીએ છીએ. તળાવ કે નદીમાં વાંદરેા પાણી પીવા જાય ત્યારે કિનારા ઉપર હાથ લગાડી, પાણીમાં મેાઢું બેાળીને પાણી પીએ છે, જેમ બીજાં ગાય, ભેંસ, બળદ આદિક પીએ તે રીતે. મનુષ્ય પ્યાલાથી કે હાથના ખેાબાથી પીએ છે. પાણી પીવું એ એક નક્કર સત્ય વસ્તુ એક સરખી બધાને લાગુ પડે છે. કઇ રીતે પીવું એની પાછળ માણસની બુદ્ધિ પડી છે. પ્યાલાથી, હાથથી, ગાળીને વગેરે. કેાઇ માણસ વાંદરાની માફક પાણીને હાથ નહિ લગાડતાં નદીના વહેણ ઉપર સીધું મેાઢું માંડે અને એમાં એને આનંદ આવતેા હેાય તેા ના કેમ કહેવાય ?

એમ તેા શ્વાન સમાગમ પહેલાં પત્નીની યેાનિ ચાટે છે, પશુએા માદાના ગુહ્ય ભાગને સુંઘે છે, એટલે કેટલાંકની રૂચી પાશવિક ક્રિયાથી પણ સંતેાષાતી હેાય.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે ગુપ્તભાગ ઉપર વાળ નથી. ખરી રીતે લગભગ સેાળથી અઢાર વરસ સુધીમાં ગુપ્ત પ્રદેશ ઉપર રૂવાંટી આવી જાય છે અને ધીરે ધીરે તેનું રૂપાંતર થઇ બાલના રૂપમાં દેખાય છે. ૨૧ વર્ષની ઉમર હેાવા છતાં તમને બાલ નથી, એથી કેાઇ નુકસાન નથી.

ઘણાક પુરૂષેાને લગભગ યુવાની વટાવતા છતાં મૂછ નથી આવતી તેમ આપને પણ એટલી ખામી તેા ગણાય જ. બાલ ગુપ્તભાગના ઘણા નિરૂપયેાગી માને છે. પરંતુ એમ નથી. એ બાલ કામેાત્તેજનાની ઝણઝણાટી અને જ્ઞાનતંતુ ઉપર થતા સ્પર્શસુખને જાળવી રાખવામાં મદદ કરે છે.

*

(૧૨૬) એક બહેન-મુંબઈ

આગળ મનુ ભગવાન જેવા એક પુત્ર માટે આપે જવાબ માંગેલો. એનો પ્રત્યુત્તર વાંચી આપ ખુશ થયાં છો, છતાં આપની આંતરિક સ્થિતિ માટે ફરી કેટલીક બિના પૂછાવો છો :

લગ્ન કર્યા સાત વર્ષ થયાં, સંતાન થતું નથી, તેની સાથે શરીરની તમારી ખામી અને પતિની ખામી જણાવો છો. તમે પરાધીન છો એટલે સીધો જવાબ નથી માગી શકતાં, પણ 'બહુરૂપી' મારફત જવાબ માગો છો.

પ્રથમ તો આપને જણાવું કે 'બહુરૂપી'ના વાચકની સંખ્યા અતિ વિશાળ હોઇ મોટો વર્ગ પ્રશ્નો પુછનાર હોય છે. તે દરેકને મારે જવાબ લખી ન્યાય આપવો જોઇએ. એટલે એક જ વ્યક્તિના અવારનવાર પ્રશ્નો આવ્યા કરે અને એને ઉત્તર આપ્યા કરવા, એ બીજાઓના હકને અથવા તો બીજાઓના પ્રશ્નને અન્યાય થવા જેવું છે. છતાં તમે એક સ્ત્રી છો અને પરાધીન હોઇ તમારી લાગણીને માન આપવા ખાતર પણ તમારે માટે લખવું પડે છે.

તમે પતિપત્ની ભલે સુખી છો પરંતુ તમારો એકબીજા સાથે સુંદર મનમેળ નથી એ પણ પ્રજા નહિ થવાનું કારણ હોઇ શકે છે. ચિત્તની પ્રસન્નતા, પ્રેમની પરાકાષ્ટા એ ઉભયથી પરસ્પરને જ્યારે સંતોષ ઉદ્‌ભવે છે ત્યારેજ ઘણું કરી પ્રજા થાય છે. ભોજનની તૃપ્તિ અને સંપૂર્ણ પાચન ત્યારેજ થાય કે જ્યારે ખોરાક રૂચીકર હોય અને પુરી રૂચી ઉત્પન્ન થઇ હોય. અને કોઇ દાખલામાં અકસ્માતના કારણે પણ પ્રજા પેદા થતી હશે. પણ એને ઐચ્છિક પ્રજા તો ન કહી શકાય. તેની સાથે એવી પ્રજામાં માતાપિતાના સદ્દગુણો કરતાં દોષોની માત્રા વધુ હોય છે.

તમે પતિને પ્રસન્ન કરવા–ખુશ કરવા પ્રયત્ન કરો છો, છતાં તે નારાજ રહે છે, અપ્રસન્ન રહે છે. એનો ઉપાય હું બતાવું એ કરતાં તમે વધુ સરલતાથી શોધી શકશો. કારણ કે તમે રાતદિવસ સાથે રહો છો. એટલે પ્રસન્ન–અપ્રસન્નની પાછળ પડેલાં કારણોની તપાસ કરો તો સાચી પરિસ્થિતિ સમજાઇ જાય અને તો જ માર્ગ નીકળે, બ્હેન.

શારીરિક સ્થિતિ પ્રમાણે તો તમારી અને તમારા પતિની હકીકતમાં તમારા પતિ જ પ્રજાને અયોગ્ય લાગે છે. તેમના શરીરમાં વધુ પડતા ક્ષારના પ્રમાણને લઇને વીર્યને દોષિત બનાવી મૂકયું છે. એટલે એમણે ચાર છ મહિના સારા ચિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે ઉપચાર કરી તૈયાર બનવું જોઇએ.

સંતાનની ઇચ્છા તો હરેક ગૃહસ્થાશ્રમીને હોય, પણ એથી વિહ્‌વળ બનવું તે બરાબર નથી. કેવળ પ્રયત્નને પ્રધાન માનનાર જ નારાજ બની શકે. પ્રયત્ન સાંથે ઇશ્વરકૃપાને માનનારે નારાજ થવાની જરૂર નથી. સંતાન જ કેવળ સુખનો માર્ગ છે એમ માની લઇએ, તો પણ ભુલવા જેવું નથી કે સંતાનોવાળાને પણ દુઃખના ડુંગરો ઉભા થાય છે. સુખ કોને કહેવું એ તો મનના જગત ઉપર આધાર રાખે છે. સુખ એને કહી શકાય કે જે અવિચળ અને અવિનાશી હોય. બાકી સંસારના પંચ વિષય નાશવંત અને ક્ષણિક છે. એને ખાતર સ્વત્વ ભૂલી વિહ્‌વળ બની માર્યા માર્યા ફરવા જેવું ગાંડપણુ કરવું વાજબી નથી. ઇશ્વર ઉપર શ્રદ્ધા રાખી પુરૂષાર્થ કરો. ફળ તે આપશે જ. તેની તાલાવેલી ન હોવી જોઇએ.

(૧૨૭) બેન શાન્તા–પાનવડ

તમારો પત્ર મળ્યો. એક સુવાવડ આવી. છોકરી મરેલી અવતરી અને ત્યારપછી પેટ મોટું રહી ગયું છે એ ઓગળતું નથી. ફરી ગર્ભ રહેતો નથી અને પ્રદર જેવું દેખાય છે, એને માટે તમારો પ્રશ્ન છે. વારૂ.

આપની માફક ઘણી સ્ત્રીઓને સુવાવડ પછી પેટ મોટું રહી જાય છે. આવા કેસો સ્ત્રીઓના મેં ઘણા જોયા છે અને એ મોટું પેટ એને જેમ અળખામણું લાગે છે તેમ જોનારને પણ લાગે કે એને જરૂર ચડતા દિવસ હશે.

આ પેટ મોટું રહી જવાનું કારણ સુવાવડ પછીની અથવા સુવાવડમાં રાખવી જોઇતી સારવાર અને નીકળવો જોઇતો બીગાડ–મળ નહિ નીકળવાને કારણે હોય છે. એક તો બીગાડ અંદર રહી જવા પામે છે, અને ગર્ભાશય પુરતું સંકોચાઇને મૂળ સ્થિતિમાં આવી શકતું નથી. ઉપરાંત આવી સ્ત્રીને આ જ કારણે પેટ ઉપર મેદ થઇ આવે છે એટલે ફુલેલું પેટ રહે છે.

આપણી સુવાવડ કરાવવાની રીતમાં કેટલીક મોટી ખામી છે. એને લઇને સ્ત્રીઓને આવી બિમારીઓ ભોગવવી પડે છે. એક વખતની નજીવી ભૂલના પરિણામે ગંર્ભાશય અને પેટનું કુદરતીપણું નાબૂદ થઇ હમેશાનું દુઃખ પેદા થાય છે.

યુરોપના દેશો આવી બહારની બાબતો ઉપર બહુ લક્ષ આપતા જણાય છે અને પુરૂષાર્થને પ્રધાન માને છે, જ્યારે આપણું કામ રામભરોંસે વધુ ચાલે છે. ૫૦ વર્ષની અંગ્રેજ બાઇને જૂઓ તો તેની કેડ અને પેટ નાની ઉમરની બાઇ જેટલાં હશે. એનું એક કારણ તેઓ પોતાના કટિપ્રદેશની બહુ સંભાળ રાખે છે, એ માટે પટ્ટા પહેરે છે અને સુવાવડ વખતે વધુ પડતું ધ્યાન આપે છે.

હવે ઉપાય તરીકે પ્રથમ તો તમને અટકાવ બરાબર નિયમિત અને શુદ્ધ આવવો જોઇએ. એટલે તમારે જમ્યા પછી એક તોલો

દ્રાક્ષાસવ, એક તોલો કુમારીઆસવ લેવો. અમુક સમય તે પ્રમાણે ચાલૂ રાખવાથી પેટ ઓસરી જશે. વળી તમારે કસરત કરવાનું રાખવું. એટલે કે ચાલવાનું રાખવું. વાયુ કરે તેવા પદાર્થો ન ખાવા. જો બની શકે અને તમે ત્રણેક મહિના ગાયના દૂધ ઉપર રહેવાનું રાખો તો સરસ લાભ થશે તથા આખું શરીર પ્રમાણસરનું બની જશે. તે દરમ્યાન કબજીયાત ન રહે એ માટે અઠવાડિયામાં એક વખત બેભાર એરંડીયું લેવું. દૂધનો પ્રયોગ તમને ઘણો સારો લાભ કરશે. બાકી તો આવી બાબતોમાં રૂબરૂ તબીયત બતાવવાથી આવશ્યક સલાહ આપી શકાય. તમારા પરિચિત કોઇ અનુભવી શાસ્ત્રીય વૈદ્યની સલાહ પણ તમે લઇ શકો છો.

*

શ્રી. એસ. એમ.—રૂપાલ

પત્ર મળ્યો. ગામડામાં મરડો-તાવ થઇ આવે છે ત્યારે ડાક્ટર વૈદ્યોના અભાવે ઘણા ગરીબ માણસો રીબાય છે એમ આપ લખો છો અને તેને માટે સહેલા ને સસ્તા ઉપાય માગો છો.

વારૂ, વર્ષાઋતુમાં વાયુ પ્રકોપ પામે છે તેની સાથે વર્ષાનું નીર એટલે પાલર પાણી પીવામાં આવે છે અથવા કુવાનાં પાણીમાં પણ વરસાદની અસર થાય છે. જેથી ઘણું કરી વાયુ કોપે છે. એટલે સાધારણ તંદુરસ્ત માણસને પણ શરીરમાં ફેરફાર જણાય છે, પેટમાં દુઃખાવો થઇ આવે છે. માટે વર્ષાઋતુની શરૂઆતમાં સમજી વિચારીને ખોરાકમાં વાયુનો પ્રકોપ કરનારાં ટાઢાં, વાસી, કઠોળ, વિદાહી પદાર્થોનો ત્યાગ કરી, હળવો ખોરાક આપવામાં આવે તો ઝાડા-મરડામાં માણસો ફસાતા નથી. પરંતુ જ્યારથી આયુર્વેદના વિજ્ઞાન ઉપરથી લોકોની દૃષ્ટિ ખસીને બીજા માર્ગ ઉપર વળી ગઇ છે ત્યારથી પ્રજાનાં તનમનના અનેક વ્યાધિ ખૂબ પ્રચારને પામ્યા છે. કારણ કે આયુર્વેદે ઋતુ, કાળ, દેશ, મનુષ્ય અને પ્રકૃતિભેદની એવી સરસ ચોખવટ કરીને પદાર્થો અને તેના ગુણધર્મની શરીર ઉપર થતી

અસરનું બ્યાન આપેલું છે કે તે પ્રમાણે જ્યાંસુધી મનુષ્યો વર્તન કરતા ત્યાંસુધી આટલી હદ પર્યંત વ્યાધિઓએ જોર શોર નહોતું મચાવ્યું. દાખલા તરીકે શ્રાવણ મહિનામાં વર્ષાઋતુ ચાલતી હોય છે તે વખતે શીતળાસપ્તમી અને જન્માષ્ટમી આવે છે. આ શીતળાસાતમના તહેવારમાં લોકો સાતમના દિવસે ટાઢું રાખવા માટે છઠના રોજ રાંધવા લાગે છે. અનેક પ્રકારનાં ફરસાણ, ઢેબરાં, પુડલા, ચોપડા, ખાખરા, ખડખડીયાં, પોતાયાં, મોહનથાળ, મેસુર, બરફીચુરમું જેવા અનેકાનેક પદાર્થો છઠના દિવસે બનાવીને તે જ દિવસથી આરોગવા માંડે છે. સાતમને દિવસે આખો દિવસ ટાઢું ખાય છે અને વળી દિવસમાં અનેક વખત ખાય છે. સાતમને દિવસે આ વિદાહી, ગરીષ્ટ અને બોજાકારક પદાર્થ ભરપેટ ખાવા છતાં જન્માષ્ટમીનો જો નિરાહાર ઉપવાસ કરી નાંખે તો આગળના દિવસનો હોજરી ઉપર કરેલો અત્યાચાર એક દિવસ આરામ મળવાથી સરભર થઈ જાય. પણ અષ્ટમીનો ઉપવાસ એટલે, પેંડા, બરફી, ફરાળી ચેવડો, બટાટાની કાતરી, સુરણનું શાક, રાજગરાની પુરી, મોરૈયાનો ભાત, દહીંની કઢી, અને શીંગોડાનો શીરો, ઉપરાંત કાં તો શીખંડ અથવા બાસુદી કે સુરણનો દૂધપાક, ઇત્યાદિ-ઇત્યાદિ !

અમારા આજના વૈશ્નવો અને સનાતનીઓનો આ મોજીલો ઉપવાસ દશે ઇંદ્રિયોને ફટાડી મસ્ત બનાવનાર કયા પોથીપાનામાંથી ઉતર્યો છે એની તો ખબર નથી. પરંતુ સાતમ આઠમ ભેગાં મળીને સાતમ આઠમનાં શ્રદ્ધાળુ ભક્તોને એવાં બાંબાં કરી મૂકે છે કે તેઓને પછી ઝાડા-મરડા થય જાય છે. જો ઝાડો થઇને વિવિધ વાનીઓથી ભરેલો ગોદામ ખાલી થઈ જાય તો તો જાણે વધુ મુશ્કેલી વેઠવી પડતી નથી. પરંતુ એ માલ ઠાંસાઠાંસ અંદર ભરાઇ ગયો તો મળ આંતરડામાં ભરાઇ રહે છે અને તેથી ચુંકાઇ ચુંકાઇને મરડો થાય છે, લોહી-પાચ પડવા લાગે છે અને ક્યારેક ઝીણો તાવ પણ સાથે હોય છે. આવી રીતના મરડામાં પાશ્ચાત્ય ચિકિત્સકો જંતુ હોવાનું માને છે અને તે ભલે માને; પરંતુ આનો મુખ્ય ઉપાય છે આંતરડાં

પ્રથમ સાફ કરવાનો. એટલે આંતરડામાં ભરાઇ રહેલા મળના ગાંઠા બહાર કાઢી નાંખવા. એને માટે રેચ આપવો પડે છે. રેચ આપવા માટે બીજી કોઇ દવા મરડા માટે લેવી હિતકારી નથી. એને માટે એરંડીયું તેલ સુંઠના ઉકાળા સાથે દરરોજ એક ઔંસ (અઢી તોલા) આપવાથી મળના ગાંઠા નીકળી જાય છે અને તેથી આંતરડાં હલકાં થાય તથા એને આરામ મળે એટલે મરડો આપોઆપ બંધ થાય છે. પરંતુ આજના જમાનામાં એરંડીયું જેમનાથી ન લેવાય તેમને માટે નીચેની ફાકી એરંડીયા કરતાં પણ અતિ ઉત્તમ કામ કરે છે. ઉપરાંત આંતરડામાં મરડાની ગરમાઇને નાબૂદ કરે છે. ઉપલક દષ્ટિએ અને મોટી મોટી દવાના ભપકાથી મોહ પામેલા શ્રીમંતોને આ ફાકીની કીંમત કદાચ નહિ જણાય. પણ એવા શ્રીમંતોને માટે બહુ ચિંતા કરવા જેવું નથી. એમનાં ખીસાં તો તર હોય છે અને વૈદ્ય ડાકટરોને એમનાથી જ મોજ મળે છે. પરંતુ ગરીબો, ગામડાનાં રહીશો અને જેમની કમાણી મર્યાદિત છે તેમને–આ ફાકી ઘરમાં બનાવી રાખી હમેશાં મરડા માટે લોહી–પાચ, પરૂ આવતું હોય તો લેવાનો અમે ખાસ આગ્રહ કરીએ છીએ. તેમ જ અન્ય મરડાથી પીડાતા ગરીબોને આપવા માટે ઘરમાં બનાવી રાખીને એવા દરદી પર ઉપકાર કરવાની ભલામણ કરીએ છીએ.

હીમેજ તો. ૧૦ એરંડીયામાં તળી લેવી. વરીયાળી તો. ૨॥, સાકર તો. ૨॥, સુંઠ તો. ૧.

એ બધું ખાંડી બારીક ચૂર્ણ બનાવી રાખો. મરડાવાળાને પાવલીભાર દિવસમાં ત્રણ વખત આપો. એ પડીકાં પેટમાં જશે અને ઝાડો થશે, તેમાં મળના ગંઠાઇ ગયેલા ગાંઠા નીકળશે અને આંતરડાં હલકાં પડશે. જેમ જેમ આંતરડાં હલકાં પડશે તેમ તેમ ચુંક–ચીટ આવવી, લોહી–પાચ પડવું બંધ થશે. શરૂઆતમાં બે દિવસ, ત્રણ દિવસ આ પ્રમાણે ફાકી આપવી અને ઝાડા થઇ જવા દેવા. દરરોજ થતા ઝાડામાં માત્ર લોહી–પાચ આવતાં હોય છે અને દિવસ રાત

મળી પાંચ પંદર વખત જવું પડે છે; જ્યારે આ ફાકી લેવાથી મળ નીકળવા લાગે છે. કારણ કે હીમેજ સ્વભાવે ઠંડી છે. એ કાચા મળને કાઢતી નથી પરંતુ પાકા મળને બહાર ધકેલે છે અને આંતરડામાં એકઠા થયેલા આમ (જળસ)ને પચાવે છે. વરીયાળી અને સાકર આંતરડાંમાં થયેલી ગરમાઇને નાબૂદ કરી લોહી પડતું અટકાવે છે. સુંઠ ત્રણે ઠંડી ચીજોને કબજે રાખી વાયુનું અનુલોમ કરે છે, એટલે પેટમાં વાયુને એકઠો થવા દેતી નથી. એટલે આ ફાકી કહો, પ્રયોગ કહો કે અમૃત કહો, પણ મરડાવાળાને માટે તે અભૂતપૂર્વ દવા છે. હવે આ ફાકી ત્રણ દિવસ સુધી આપવા છતાં મરડાની હાજત રહે, આંકડી આવ્યા કરે તો નીચેની ગોળી બનાવવી.

ખારેક નંગ ૧૦. ઇંદ્રજવ તો. ૧, તુલસીનાં પાન તો. ૧, બરાસકપુર તો. ૦।, અફીણ તો. ૦।, સુગંધી વાળો તો. ૦।. ખારેકો સિવાયની બીજી ચીજોને ખાંડી ભૂકો કરવો. ખારેકોને રાત્રે પાણીમાં પલાળી રાખવી. સવારમાં અંદરથી ઠળીઆ કાઢી નાંખી તે જગ્યાએ ઉપરનો ખાંડેલો મસાલો ભરી ઘઉંના લોટની કણીકથી ખારેક ઉપર કવર ચઢાવી દઇ તેને કોલસા ઉપર શેકી અને સાધારણ કણીક લાલ રંગની થાય એટલે ઉપરથી કવર કાઢી નાંખી મસાલા સાથે ખારેકને ખરલમાં નાંખી ઘુંટવી. તેની અંદર પાવલીભાર ભાંગ (લીલાગર)નું પાણી નાંખવું. એટલે ગોળી વાળવા જેવું થશે. તેની મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. મરડાવાળાને આખા દિવસમાં ૭ ગોળી આપવાથી પહેલા જ દિવસે મરડાની ચુંક બંધ થશે અને ઘડી ઘડી જાજરૂ જવાનું પણ બંધ રહેશે.

ઉપર બતાવેલી ફાકી દરરોજ રાત્રે પાવલીભાર આપવી. આથી મરડો જૂનો અથવા નવો બંધ થાય છે. ખાવામાં મરડાવાળાને ભાતની કણકી અને દહીંની છાશ, જીરૂ, મીઠું વગેરે આપી શકાય. ઘઉંની રોટલી અને તુવેરની દાળ તથા બટાટા તો મરડો મટયા પછી ચાર છ દિવસે જ આપવાં. આ સિવાય દહીં અને અમતું

જીરૂં મરડાવાળાને અપાય છે. એટલે કે પાશેર દહીંની અંદર પાવલીભાર અમતું જીરૂં દિવસમાં ત્રણ વખત પીવરાવી દેવું. બીલીનો ગર્ભ અને દહીં, સાકર અને ખસખસ, સાકરના શીરામાં પાવલીભાર જેટલું જાયફળ વગેરે આપવાના અને એવાં ઘરગથ્થુ ઓછા ખરચે બનતા અનેક ટુચકા છે, જે મોટાં ઇંજેકશનોથી સારૂં કામ કરે છે. માત્ર મરડાવાળાએ પ્રથમ આંતરડાં ચોખ્ખાં કરવા ચુકવું ન જોઈએ. એ પહેલાં જો મરડો બંધ કરવાની દવા આપવામાં આવે છે તો મરડો બંધ નથી થતો પણ પેટમાં આફરી આવવા લાગે છે, તાવ શરૂ થાય છે અને ગુદા ઉપર સોજો આવી જાય છે.

મેલેરીયા તાવ માટે અગાઉ ‘ રખે વહેમાતા ’માં લખાઇ ગયું છે. પુસ્તક રૂપે પણ એ છપાયું છે. એની અંદર અનેક ઉપાયો એવા છે જે ગરીબોને અને ધર્માદા સંસ્થાઓને પોષાય તેમ છે. એ જરીક જોવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે.

તે ઉપરાંત અહીં પણ બતાવીએ. ભાદરવાથી કાર્તિક મહિના સુધી ચાલતા મેલેરીયા તાવ—જેને દેશી વૈદકમાં પિત્તજ્વર કહે છે તેમાં તો દરદીઓ લીલોતરી ન ખાય, દહીં બંધ રાખે, ખુલ્લામાં ન સુવે, દરરોજ સવારમાં ખાટા લીંબુની ફડાસમાં સીંધવ, મરી અને દેકામાળી ભરી ચુસે તો પિત્તનો પ્રકોપ થતો નથી. આજે માણસો મેલેરીયાની બીકે દરરોજ ક્વીનાઇન લેવાનું પસંદ કરે છે. પરંતુ લીંબુ ચુસવાનું એમને કહેવામાં આવે તો તે પસંદ નથી પડતું. કારણ કે ક્વીનાઇનની ગોળી તો ગટ દઇ ગળી જવાય, જ્યારે લીંબુમાં દેકામાળી, મરી સીંધવ ભરવાં, ગરમ કરવું, સવારમાં ચુસવું, એ એક પોઝીશનમાં ધોબો પડવા જેવું લાગતું હોઇ આજના સુધરેલા માણસોને ગમતું નથી. તાવ આવે એ કરતાં તાવ શાથી આવે છે, એનાં કારણો અને તેનાથી બચવાના ઉપાય અને સ્વાસ્થ્યરક્ષાનાં સૂત્રો તો, જો મારૂં આ દેશમાં ચાલતું હોય તો લોકોનાં આંગણે અને ઉંબરે, દીવાલોએ અને બારીએ હું લખાવું, બાળકોને મોપાટ

લેવરાવું, સ્ત્રીઓના ગરબા ગાવામાં સ્વાસ્થ્યનાં ગીતો ગવરાવું, ભક્તોનાં ભજનમાં, કોલેજના ગણિતમાં, સંગીતના રાગમાં અને ઉપાસકના દેવમાં કેવળ સ્વાસ્થ્યરક્ષા એવી ઓતપ્રોત કરૂં કે માનવો–મનુષ્યપ્રાણી માંદા જ ન પડે. હું તો માનું છું કે જે પ્રજા માંદલી, રોગીષ્ટ, કંગાલ અને હડસેલો મારો તો ગબડી પડે તેવી હોય એ પ્રજા કદાચ સ્વતંત્ર બને તોય શું? મને લાગે છે કે આપણી સરકાર લોકોના ભલા ખાતર મોટી કોલેજો સ્થાપી નવા નવા દર વર્ષે સ્ટીમર ભરાય એટલા ડાકટર પેદા કરે છે, પોળે અને ચૌટે એ બિચારા ખુરશીએ પડયા પડયા, પંખો પકડી વિશ્વાસુની માર્ગપ્રતીક્ષા કરતા વધતા જાય છે, એ કરતાં લોકોના કાનમાં જીવનરક્ષા અને સ્વાસ્થ્યનો મહા મંત્ર ફુંકવામાં આવે તો તે માંદા પડતા બચી જશે અને ડાકટરો વૈદ્યો પાડવાનાં મશીનોની ડાંઇઓ વહેલી નહિ ઘસાય.

જ્યારે આવું નગ્ન સત્ય લખીએ ત્યારે અનેક આંખો રોષે ભરાય. પણ જરા જમણો હાથ હૃદય ઉપર રાખીને કહેશો કે દશકે દશકે આટલાં વૈદ્ય ડાકટરોનાં ધાડાં વધતાં જાય, અનેક દેશો પેટન્ટોનો વરસાદ હિંદ ઉપર વરસાવે તોયે તમને નથી લાગતું કે વ્યાધિઓ ઘેર ઘેર વ્યાપી રહેલા છે? ત્યારે એનું કારણ શું? ભલા કોઇ કહેશો? ઉત્તર એક છે કે લોકોને સાચું જ્ઞાન જ આપવામાં નથી આવતું. અમુક સમયે દુધીનું શાક ખાતું કે રીંગણાનું એ જ્યાં માણસો નથી જાણતા ત્યાં બીજી વાતો કયાંથી સાંભળવા મળે?

મેલેરીયાના ઉપાય તો સાદા ને સરલ ઘણા છે, માત્ર મરડા માટે આટલું વિવેચન કરવાની જરૂર હતી. અને આપને ત્યાં રૂપાલમાં ગરીબોને–સાધારણ પ્રજાને માટે એક એવી સંસ્થા છે કે જેમાંથી દવાઓ વગેરેની મદદ મળે છે અને તેમાંના આપ પણ એક કાર્યકર્તા છો. એટલે લંબાણથી દોરવણી કરી છે

*

(૧૨૯) શેખ. એમ. પી.-મુંબઇ

પત્ર મળ્યો. સ્વપ્નદોષ અને હસ્તમૈથુન, તેથી આવેલી શરીરની નબળાઇ, મગજની નબળાઇ અને એને અંગે થવી જોઇતી બધી ફરિયાદ પત્રમાં છે. આવી ફરિયાદો અનેક ભાઇઓ તરફથી અવાર-નવાર મળ્યા જ કરે છે. એથી અંતરાત્માને અત્યંત ખેદ થાય છે. પ્રિય મુસ્લીમ બંધુ! જે ધર્મમાં પેશાબનો એક છાંટો પણ શરીર પર પડવાથી શરીર તદ્દન અપવિત્ર થયું માનવામાં આવે છે, તે ધર્મનો બંધુ હસ્તમૈથુન અને સ્વપ્નદોષનો ભોગ બને એ કેટલું દુઃખજનક?

વારૂ, સવારમાં સૂર્યોદય પહેલાં ફરવા જાઓ અને બે માઇલ ફરી આવો. ફરી આવ્યા પછી અરધો શેર દુધમાં પા તોલો કૌંચા અને અરધો તોલો પીસતાં ખાંડેલાં નાંખી, દુધને સાકર એલચીવાળું બનાવી તેને ગરમ કરીને પી જાઓ.

બપોરના બરાબર ભૂખ લાગે ત્યારે જ, જેમાં વધારે તેલ મરચાં ન હોય તેવો ખોરાક લ્યો. તમે જમો ત્યારે ખૂબ ભરપેટ નહિ જમતાં થોડા ભૂખ્યા રહો. સાંજના ત્રણ વાગે લાલ ટમેટાં મળી શકે તો પા શેર લઇ, ટુકડા કરી, તેમાં જરા નીમક નાંખી ખાઓ.

સાંજે ચંદ્રપ્રભાની ગોળી નંગ બે ગળોના પાણી સાથે ગળી જાઓ. ગળો લીલી લાવી, તેને છુંદી તેમાં પાણી નાંખી ચોળી લઇને પાણી ગાળી લેવું. એ પાણી ગોળી સાથે લેવું.

સુતી વખતે રાત્રે સારી જાતની હરડે પાવલીભાર ચોખા પાણી સાથે ફાકી જાઓ.

વિચારો ઉપર કાબુ રાખો. રાત્રિમાં આંખ ઉઘડે તો ઉઠી પેશાબ કરી આવો, થોડું પાણી પી લ્યો અને પડખા ભેર સુઇ જાઓ.

બજારૂ મીઠાઇ, ભુંસું બીલકુલ લ્યો નહિ. સ્ત્રીસંબંધમાં વૃત્તિઓ ન દોડે તેની કાળજી રાખો. જરૂર શરીર સારૂં થઇ જશે, બધી ફરિયાદ બંધ થશે. બની શકે ત્યાંસુધી ઠંડા પાણીએ નહાવાનું રખાય તો સારૂં. જો કે એથી શરદી ન લાગે તે સંભાળવું.

*

(૧૩૦) મનુભાઈ–પાટણ

આપનાં પત્નીને રતવા કોઠે છે. બાળક ૭ મહિનાનું થઇ મરી જાય છે. પત્નીને શરીરમાં ખૂબ ગરમી છે, શરીર ધ્રુજે, તુટે, અશક્તિ રહે છે, વગેરે માટે પુછાવો છો. સ્ત્રીને કોઠે રતવા–એ આજે ઘણી જગ્યાએ જોવામાં આવે છે. રતવા એ એક પ્રકારની ગરમાઇ છે, જેમાં કોઠે અર્થાત્ કુક્ષી એટલે ગર્ભાશયમાં ગરમાઇ હોય છે. એથી ગર્ભ રહ્યા પછી ગર્ભસ્થાનમાં બાળકને જે જાતનું પોષણ મળવું જોઇએ અને તેના શરીરનું બંધારણ બંધાવું જોઇએ તે પ્રમાણે બંધાતું નથી અને બાળક જન્મ્યા પછી માંદલું જ અવતરે છે. ઘણું કરીને આવી સ્ત્રીઓને કસુવાવડ થઇ જાય છે અને જો પુરા દિવસે બાળક આવે છે તો પણ તે જીવતું નથી.

પ્રથમ તો આપની પત્નીને જો નીરોગી અને મજબૂત બનાવવી હોય તો ૭ મહિના સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળી સમાગમથી તેને દૂર રાખવી જોઈએ. અને ઉપાય તરીકે.

સ્હવારમાં શંશમની ગોળી નં. ૨ દુધ સાથે.

બપોરે જમ્યા પછી ગર્ભપાળ રસની ગોળી ૧ કાળી દ્રાક્ષના પાણીની સાથે.

સાંજે ચંદ્રપ્રભા નંબર ૧ વાળી ગોળી એક સાદા પાણીની સાથે–એમ ત્રણ વખત આ ત્રણ દવાઓ આયુર્વેદના પાઠ પ્રમાણેની (તૈયાર મળી શકશે) વાપરવી. જમવાની સાથે પ્રથમ ભાતમાં ખદિરાદિ ઘૃત એક તોલો ખાઇ તેની ઉપર બીજો ખોરાક ખાવો.

વાલ, વટાણા, ભજીયાં, પાતરાં, આંબલીની ખટાશ, રીંગણાં વગેરેનો ખોરાક સદંતર બંધ રાખવો. આ પ્રમાણે બરાબર ૭ માસ સુધી ચાલુ રાખવાથી શરીર તદ્દન સુધરી જાઇ, પ્રજા તેજસ્વી અને લાંબા આયુષ્યવાળી જન્મે છે. પરંતુ એટલું સાથે સમજી રાખવું જોઇએ કે રતવાવાળી સ્ત્રીના પતિને તો કોઇ ધાતુ સંબંધી રોગ નથી ને? નહીંતર એ બાઇને માટે કરેલાં ઔષધની બધી મહેનત નકામી જાય છે. કેમકે પુરૂષના ધાતુના દોષવાળા વીર્યથી થયેલી પ્રજા પણ નબળી બને છે.

*

(૧૩૧) શ્રી. સોમાણી–મદ્રાસ

પત્ર મળ્યો. ભાઇ! આપ સ્ત્રીપુરૂષના પતન યાને વ્યભિચાર માટેનું બ્યાન લખી, એ વિષય ઉપર પ્રકાશ પાડવાનો મને આગ્રહ કરો છો.

વારૂ, આ વિષય અતિ ગહન અને અટપટો છે. બિરાદર! આવી બાબત ઉપર મનુષ્ય પોતાના દૃષ્ટિબિંદુથી જુદી જુદી રીતે જુએ છે. હાલનો સમાજ આ બાબતમાં જૂની પ્રણાલિથી જુદી જ દિશામાં ઉતરી પડયો છે અને શાસ્ત્રીય માન્યતાને એ વાસ્તવિક માનતો નથી. પરંતુ મારી તો દૃઢ માન્યતા છે કે વ્યભિચાર એ દેશ, સમાજ, જ્ઞાતિ, અને ગાર્હસ્થજીવન માટે કેવળ વિનાશકારી અને ધિક્કારવા યોગ્ય તત્ત્વ છે.

વ્યભિચાર બે રીતે ઉદ્દભવે છે: એક તો વ્યક્તિના માનસના જન્મથી આ દોષ પડેલો હોય છે. તેનો સ્વભાવ જ એવો હોય છે કે એની રીત હમેશાં વ્યભિચાર તરફ વળેલી હોય છે. વળી સંજોગો પણ માનસને વ્યભિચારી બનાવે છે. કારણ કે સ્ત્રી પુરૂષમાં અરસપરસ ખેંચાણ કરે છે. શાસ્ત્રની આજ્ઞા છે અને સ્મૃતિનો કાયદો છે કે એકાંતને બુરામાં બૂરી માની, જુવાન અવસ્થાનાં ભાઇબહેને પણ

કદિ એકાંતમાં રહેવું નહિ. કારણ કે વિષયના આવેગો બુદ્ધિની સારાસારનો વિચાર કરવાની શક્તિ ઉપર કેટલીક વાર અંધકાર છાવરી દે છે અને તેથી માણુસ ભાન ભૂલી જાય છે. એમાંથી વ્યભિચાર જન્મે છે. સ્ત્રી એ અગ્નિની જવાળા છે, પુરૂષ ઘીનો ભરેલો ઘડો છે. એકાંતરૂપી સંયોગ થતાં જવાળાના તાપે ઘી પીગળી જાય છે. એટલે એકાંત નહિ સેવતાં કોઈ પણ કાર્યમાં ઉપયોગ પુરતો પરિચય કરવો જોઈએ.

કોલેજોના સહશિક્ષણુમાં સાથે રહેતાં કુમારકુમારી, ધર્મનો આચાર્ય, પુખ્ત ઉમરની કન્યાઓને ભણાવતો પુરૂષ, કથાકાર, વૈદ્ય, ડાકટર, સ્ત્રીશૃંગારનાં સાધનો વેચતો વેપારી, પનઘટનો રક્ષક, સીનેમાના અંદર કામ કરનાર એકટર, ડાયરેકટર, ફોટોગ્રાફર, મોટરનો ડ્રાઇવર–આ બધા વર્ગનાં પુરૂષ હોય કે સ્ત્રી–એ જો પોતાની માનસિક અવસ્થા ઉપર કાબુ નથી રાખતાં અને ઇંદ્રિયના ઘોડાને લગામ નથી હોતી તો તેઓનું પતન અવશ્ય થાય છે. કારણ કે આવી વ્યક્તિઓનો એક નહિ અને બીજા કારણે અનેક વખત પરસ્પર સહવાસ થાય છે, તેમને કલાકોના કલાકો સુધી સાથે રહેવું પડે છે, તેમનો પરિચય પડે છે અને એકાંત પણ સેવવાની હોય છે. એટલે સાવચેતીપુર્વક કામ નથી લેવામાં આવતું તો પોતાના સ્થાન ઉપરથી કયારે લપસી પડાય એ કહી શકાતું નથી.

ભલે મનની અપાર ચંચળાતાના સંબંધમાં આજનો કેળવાયેલો વર્ગ અથવા સુધારક વર્ગ માનતો ન હોય. છુટથી હરવું ફરવું, સાથે રહેવું કે એકાંત સેવવી એને તે સ્વતંત્રતા સમજતો હોય, પણ તેનું પરિણામ શું આવે છે? તેની ભીતરમાં પડેલાં કુકર્મો–અથવા વ્યભિચારને દીવ્ય ચક્ષુથી જો તપાસવામાં આવે તો જ તેનો તોડ કાઢી શકાય.

સંસારના અંતરંગથી અનુભવી બનેલ અને વિદ્વાન સાહિત્યકાર રાજન ભર્તૃહરિના એક શ્લોકનો અર્થ ટાંકું :

'વિશ્વામિત્ર અને પારાશર જેવા મુનિઓ કે જેઓ વાયુ, પાણી અને પાંદડાનો અહાર કરનાર હતા તેઓ પણ સ્ત્રીનું લલિત અને કમળ જેવું સુંદર મુખ જોઇ મોહને પામી ગયા, તો પછી જેઓ ભાતભાતનું સ્વાદીષ્ટ અન્ન અને ઘી, દુધ, દહીં જેવા પદાર્થોનું ભોજન કરનાર છે તેઓ કહે કે અમે ઇંદ્રિયના નિગ્રહ કરી શકયા છીએ તો તે માણુસની વાત એ વિંધ્યાચળ પર્વતને મસ્તક ઉપર લઇ સમુદ્ર તરવાની વાત જેવી માનવી.' અર્થાત પર્વતને માથે લઇને જેમ સમુદ્ર તરી શકાય નહીં તેમ એ માણુસોનો ઇંદ્રિયનિગ્રહ અસંભવિત જ માનવો જોઇએ.

*

(૧૩૨) એક ભાઇ—કરાચી

'તમારો પત્ર 'બહુરૂપી' કાર્યાલય ઉપર થઇને મળ્યો. તમારી સ્ત્રીને ગોળો ચઢે છે અને સુવાવડ પછી કેડો દુઃખે છે, તેનો ઉપાય પુછો છો.

વારૂ, ગોળો ચઢવાનું દર્દ થાય છે એને વૈદક શાસ્ત્રમાં ગુલ્મ કહે છે. ગુલ્મ પાંચ પ્રકારના છે. પરંતુ આ રોગને વાતગુલ્મ કહે છે. ગોળો ચઢીને કાળજે ભીડાય છે, ઓડકાર કે વાછુટ થતી નથી, હૃદયમાં ગભરામણુ થઇ આવે છે અને ગોળો ચઢે ત્યારે જીવ ગયો કે જશે એમ થાય છે.

પ્રથમ તો આવો ગોળો ચઢે નહિ તેને માટે હમેશાં ખોરાક ખાવા બાબતમાં પૂરતી કાળજી રાખવી જોઇએ. વાયુ કરનારા પદાર્થો વાલ, વટાણા, ગાંઠીયા, પાતરાં, કઠોળ, કાંદા, ખાંડની મીઠાઇ વગેરે બંધ કરવું જોઇએ.

અને જમવા વખતે પ્રથમ ભાત બે અઢીભાર જેટલો લઇ તેમાં પાવલીભાર હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ અને અરધા રૂપીઆભાર ઘી મેળવી એ ભાત પ્રથમ ખાઇને ઉપર બીજો ખોરાક ખાવો.

જમ્યા પછી બન્ને વખત શંખવટીની બે ગોળી ગળી જવી, અને શંખવટી લીધા પછી એક તોલો દ્રાક્ષાસવ તથા અરધો તોલો કુમારીઆસવ મેળવી થોડું પાણી નાંખી પીવરાવી દેવું. આ ઉપચાર ત્રણ મહિના સુધી ચાલુ રાખવો, જેથી ગોળો ચઢવાનું દર્દ નાબૂદ થઇ જશે. ગોળો ચઢયો હોય અને તકલીફ થતી હોય તો ચણાનો ક્ષાર પાવલીભાર અથવા એથી ઓછો પાણીમાં નાંખી, એ પાણી પીવાથી વાતગુલ્મનો ગોળો નીચે બેસી જાય છે. ચણાનો ક્ષાર તેને કહે છે કે ચણાનું ખેતર હોય અને જ્યાં ચણા વાવ્યા હોય ત્યાં સવારના પહોરમાં ઝાકળનું પાણી એના છોડ ઉપર એકઠું થાય છે, તેના ઉપર રાતે પાતળા કપડાને પાથરવું, કપડું એ પાણી ચુસી લે છે. તેને એક વાસણમાં નીચોવી લઇ ફરી બીજા છોડ ઉપર પાથરી નીચોવી લેવાય છે. આ રીતે એકઠા કરેલ પાણીને ચણાનો ક્ષાર કહે છે.

આ ક્ષાર પેક શીશીમાં રાખી મૂકવો જોઇએ. તે બહુ જ ઉપયોગી છે. પેટના દુઃખાવા ઉપર અને ગોળા ઉપર દશ ટીપાંથી ૩૦ ટીપાં સુધી આપવાથી ઘણું સારૂં કામ કરે છે. આ ક્ષારની સાથે પાણી નાંખીને પીવાનો છે. એકલો ક્ષાર લેવો નહિ. કારણ કે તેથી જીભ અને ગળું સસડી જાય એટલો એ ગરમ છે.

બીજું કપુર તો. ૧, ઇલમેટનાં ફુલ તો. ૧, અજમાનાં ફુલ તો. ૧. આ ત્રણે વસ્તુને એક શીશીમાં એકઠી કરી, શીશી ઉપર બુચ મારી તડકે અરધો કલાક મૂકવાથી પ્રવાહી બની જાય છે આ જાતની દવા થોડાઘણા ફેરફાર સાથે આજે બજારમાં અમૃતબિંદુ, અમીકુપી, પેનકીલર, પેનકયુરા, વગેરે નામથી વેચાય છે. ગુલ્મ-ગોળો ચઢયો હોય ત્યારે આ દવાનાં ચાર પાંચ ટીપાં પાણી સાથે આપવાથી સારૂં કામ કરે છે. એવી જ રીતે પેટના દુઃખાવામાં, અજીર્ણના ઝાડામાં, શરદીમાં, સળેખમમાં, શરૂદીની ખાંસીમાં, પતાસાની સાથે કે પાણી સાથે ટીપાં અપાય છે. માથું દુઃખતું હોય તો કપાળે ચોપડાય છે. ઝેરી જાનવરના ડંખ ઉપર તે લગાવાય છે. અનેક રીતે આ દવા ઉપયોગી છે. તે ઘરમાં રાખી મૂકવી જોઇએ.

કેડ દુઃખે છે તે માટે એમને ગુંદરપાક ખવડાવો. આજે સ્ત્રીઓ સુવાવડ પછી ખાવું જોઇતું કાટલું (પાક) ખાતી નથી. એટલે આવા વ્યાધિઓ પાછળથી રહી જાય છે. સુવાવડમાં સુંઠ બરાબર ૨૧ દિવસ ખાવામાં આવે અને સવા મહિના સુધી કાટલાના લાડુ ખાય તો સુવાવડ પછી કેડ સરસ અને મજબૂત બની જાય છે, ગર્ભસ્થાન અને ગુપ્તમાર્ગને પડેલી તકલીફ નાબૂદ થાય છે. આ કાટલાનો મસાલો તમને દેશી ગંધીયાણાના સારા વેપારીને ત્યાંથી મળી શકશે. તેમાં પાશેર ગુંદર અને પાશેર ચાંમેડ નાંખી તેનો પાક બનાવી એકાદ મહિનો ખવરાવો.

તમોને ગાંધીને ત્યાંથી જો આ કાટલાનો મસાલો ન મળે તો મને સીધો પત્ર લખશો, જેથી એ કાટલાનો આખો ઉતારો હું તમને લખી મોકલીશ, જે તમારે ઘેર જાતે બનાવીને તમે વાપરશો.

*

(૧૩૩) થોડાક ન ઉકેલી શકાય એવા પ્રશ્નો

કેટલાક જુદા જુદા ભાઇઓ તરફથી મળેલા પત્રો વિલક્ષણ પ્રકારના હોઇ તેમને અહીં એકીસાથે જવાબ આપું છું. આવી ફરિયાદવાળા અનેક પત્રો મળે છે. તેના લખનારને આ માર્ગદર્શક બનશે.

સુરતથી એક ભાઇ લખે છે : હું કાપડનો વેપારી છું. ઘણી સારી સ્થિતિ તો મારી નથી. પરંતુ એક ભયંકર મુંઝવણમાં આવી પડયો છું અને આપની પાસે જીવનભિક્ષા માગું છું. જો મને માર્ગ નહિ બતાવશો તો મારી અને સાથે એક જીવની જીવનલીલા સંકેલાઇ જશે.

એક ધનાઢય કુટુંબની કુંવારી છોકરી સાથે મારે આડો વહેવાર બે વરસથી થયો. અમે આટલા દિવસો સ્વર્ગસુખના કાઢયા. હું મારા મનથી માનતો હતો કે દુનિયામાં મારા જેવો કોઇ ભાગ્યશાળી નહિ

હોય. પણ આજે બે મહિનાથી અમે બેઉ જણાંને એક મહાન આપત્તિકારક મુંઝવણ ઉભી થઈ છે. એ છોકરીને ગર્ભ રહ્યો છે અને એનાં સ્પષ્ટ ચિહ્નો જણાય છે. હવે આનો નિકાલ ન થાય તો અમારે બન્ને માટે દુનિયા છોડયા સિવાય બીજો કોઇ માર્ગ સૂઝતો નથી.

આ ભાઇને હું કોઇ માર્ગ બતાવી શકું તેમ નથો. જે માર્ગ હું બતાવવા માગું છું કે તમે બેઉ જણ લગ્ન કરી લ્યો તે માર્ગ ગ્રહણ કરી શકવાની અશક્તિ પોતે પત્રમાં જ જાહેર કરી દીધી છે. બીજા માર્ગને હું મહા પાપ માનતો હોવાથી એ તરફ અંગુલીનિર્દેશ પણ કરી શકતો નથી.

માત્ર મને યુવાન કુમારિકાઓનાં માબાપોની તરફ એક પ્રકારની ઘૃણા ઉત્પન્ન થાય છે અને વધુ છુટછાટથી ફરતી દયાપાત્ર બહેનોના આંતરિક વહેવારો ઉપર તેઓ નજર રાખે અને એમને આવા રસ્તાથી બચાવી લે એટલું કહેવાનું જરૂર દીલ થાય છે.

પુત્રીને બહુ મોટી કરીને જાતીય ભૂખ જાગવા છતાં આંખ આડા કાન કરનાર ઘમંડી માતપિતાઓ ચંચળ મનની તથા આજના વાતાવરણથી તરબોળ બની રહેલી કુમારિકાઓને વિનાવિલંબે લગ્નગ્રંથીથી જોડી દે તે જ ઇષ્ટ છે. પ્રશ્ન પૂછનારને મારા તરફથી પૂરો અસંતોષ થશે. પણ મારા આત્માથી જેને હું પાપ માનું છું એ વિષયમાં હું કંઇ કરી શકતો નથી. પાપ-પુન્યની ઝીણવટમાં પણ હું નથી ઉતરી શકતો. થોડા પાપથી વધુ પુન્ય થતું હોય તો પાપ કરવું એવી દલીલ કરનાર પણ કેટલાક કદાચ નિકળશે. પણ નિર્ણિત કરેલા મારા જીવનઆદર્શથી મારાથી ચલિત કેમ થઇ શકાય ?

*

બીજાં એક બહેન—મદ્રાસથી પ્રશ્ન પુછનાર છે. તેઓ પોતાની પુરી કામવિહ્વળતા સંબંધમાં પતિથી થતા અસંતોષ માટે મારી પાસે જોરશોરથી માર્ગદર્શનની માગણી કરે છે. એટલું જ નહિ પણ સાત્વિક વૃત્તિ અને સંયમના અભ્યાસને તેઓ માનતાં નથી.

હું શું માર્ગ બતાવું? માનવના અધઃપાત અને સંકરત્વને વધારનારા માર્ગની ચાવી તે માગતાં હોય એમ જણાય છે. જાહેરજીવનમાં રસ લેનાર છતાં ધર્મને પ્રાણ સમાન વહાલો ગણનારની આ દિશા શૂન્ય હોય એમ કદાચ આ ભગિની નહિ સમજતાં હશે. એટલે કંટક બિછાવેલી છતાં ઉપરથી મુલાયમ લાગતી શય્યા બનાવવા—સરલતાએ એ શય્યા માટે—એ તરફ જવા માટે આશ્રય શોધનાર વિહ્વળ અને કામાંધ બનેલી ભગેની તરફ મને ક્રોધ નથી ઉપજતો, પણ દયા ઉપજે છે કે પામર માણુસ ક્ષણિક સુખ માટે શા વાસ્તે રૂંવે રૂંવે વીંછીની વેદના ઉપજાવનાર વ્યભિચાર સેવવા તત્પર થતાં હશે? પરમ કૃપાળુ પ્રભુ એમને સદ્બુદ્ધિ આપે.

*

ત્રીજા એક કલકત્તાવાળા ભાઇએ મારા પર પત્ર લખીને તેઓના શરીર સંબંધી વ્યાધિ માટે મારો અભિપ્રાય માંગેલો. પૈસા ગમે તેટલા ખરચ થાય એની એમને ફિકર નથી. વળી મારા ઉપર શ્રદ્ધા અને પૂર્ણ વિશ્વાસ જણાવી તે ઉપચાર અને માર્ગ માગતા હતા.

મારી યથામતિ એ ભાઇને મેં માર્ગ બતાવ્યો. ઉપચાર અને ઔષધનો નિર્દેષ કર્યો અને એ પત્રના અંતે મેં મારા સ્વભાવ પ્રમાણે લખ્યું: 'ભાઇ! શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસથી આપ આ ઉપચાર શરૂ કરશો તો ટુંક વખતમાં પરમકૃપાળુ પરમાત્મા આપને બીલકુલ વ્યાધિમુક્ત કરશે.'

અને વળતી ટપાલે જ એમનો ઉત્તર મળ્યો. એ પત્રમાં ભરેલો ઉકળાટ, મારી ઝાટકણી અને ઇશ્વરને માનનારાઓ ઉપરની એમની નફરત તથા કાંટામાં નાંખી તોળતાં તોળી ન શકાય એટલી ગાળોના વર્ષાદથી હું તો સ્તબ્ધ જ બની ગયો. બે ફુલસ્કેપ કાગળો તેમણે ભર્યા હતા.

મારી ભૂલ એ થયેલી કે મેં પત્રમાં પ્રભુને—પરમાત્માને વચ્ચે મૂક્યા. પરમાત્મા વ્યાધિમુક્ત કરી નાંખશે—એ વાક્યે એમને ખૂબ

ઉકાળ્યા અને એમના નિરીશ્વરવાદી માનસમાંથી વાણીરૂપ બોંબગોળાના મારા તરફ વરસેલા વરસાદથી કલાકો સુધી હું શૂન્ય બની રહ્યો.

બસ વૈદરાજ! ત્યારે ઇશ્વર મારૂં ભલું કરશે. ઇશ્વર સિવાય તમારાથી સારૂં કરવાની તાકાત નથી. એટલે તમે તો કેવળ ઇશ્વરાધીન, પામર અને શક્તિ વિનાના છો. તમારા ઇશ્વરાધીનપણાથી તમારી પ્રત્યેની શ્રદ્ધા, પ્રેમ, વિશ્વાસ તદ્દન નષ્ટ થઇ જાય છે. પ્રભુ, ઇશ્વર, ભગવાન, આત્મા, કૃષ્ણ, રામ, વગેરેને પ્રભુની ગણનામાં મૂકી પાંગળાઓના પંથમાંના તમે એક બનો છો. એટલે તમારી સલાહ, દવા ઉપકાર, ઉપચાર કોઇ વસ્તુ મને ન ખપે! ઇશ્વર છે કયાં, તે તો બતાવો! વગેરે

તોબાહ! પ્રભુ! તોબાહ! નાસ્તિક તો સેંકડો જોયા છે. પરંતુ પોતે ઇશ્વરને ન માને, અન્ય વ્યક્તિને ઇશ્વર નથી–એ હંબગ છે એમ ઉપદેશ કરે, પણ ઈશ્વરનું નામ લેતાં તેલના તાવડામાં ત્રિલોકીને નાંખી તાવી નાંખનાર આવા બિરાદરોથી પ્રભુ તોબાહ! તેમને કશું લખવાની ઇચ્છા થતી નથી. તેમના માનસ પ્રત્યે માત્ર દયા જ ઉપજે છે.

*

ચોથા ભાઇ છે **વસોના** ગૃહસ્થઃ એમનાં ધર્મપત્ની આજે ચાર વરસથી ગુજરી ગયાં છે. તેઓ એવા પત્નીપ્રેમી કે શરૂઆતમાં એકાદ વર્ષ વિત્યા પછી આપ્તજનોએ ફરી લગ્ન કરી લેવા આગ્રહ કર્યો, પણ એમણે તો આજીવન મૃત પત્નીની પ્રેમાળ છબીનાં દર્શન કરીને વિધુર અવસ્થા જ ગાળવાનો નિશ્ચય કર્યો હતો. પણ છેલ્લા એકાદ વર્ષથી એમને પ્રેમિકાની ભૂખ જાગી છે, અને એ ભૂખમાં તે એવા રોકાઇ રહ્યા છે કે કોઇ પણ પાડોશની, ગામની, સંબંધીની કે સ્નેહીની મહિલા જુવે છે એટલે ઇલેકટ્રીકનો કરંટ લાગવાથી જેમ ગ્લબ દઇને બત્તી થાય છે તેમ તેમના દિલની જાતીય ભૂખ બેબાકળી થઇને તાંડવ કરવા માંડે છે. રાત્રિ દિવસ જેને જુએ તેને ભોળવવા

પ્રયાસ કરે છે! પણ તેમાં બાર બાર મહિના થયા ફાવી શક્યા નથી. હવે મારે શરણે આવ્યા છે: ' મહાશય! એવો ઉપાય બતાવો કે એ અજમાવતાં જેની તરફ મારી નજર કરૂં તે પાંચ જ મીનીટમાં મને એવી વશ થઇ જાય કે બસ તે ખસી ન શકે, આંધળી ભીંત બને અને મને જ જુવે!' ફરી લખે છે: 'તમારો મને ભરોંસો છે, તમે મહાન સમર્થ પુરૂષ છો! હું પણ ઘરનો સુખી માણસ છું! સોબસો રૂપીઆ ખરચ થાય તેનો વાંધો નથી! ઉપાય માત્ર સરલ અને સફળ હોવો જોઇએ. આપ લખશો એટલે નાણાં પ્રથમ મોકલી આપીશ!' વગેરે, વગેરે.

પામર પ્રાણી! દુનિયાની રાહદારી રીતે પત્ની મેળવી તું રાચતો નથી, પરાઇ સ્ત્રીને મોહિની કરી વશ કરવી—એવી ઇચ્છા ધરાવનાર દુર્બળ હૃદયના માનવી! આંખો ઉપર લાગેલાં અંધારીયાં ચશ્માં ઉતારી લે અને વિચાર કર કે તારી બ્હેન, દીકરી કે પત્ની તરફ કોઇ કુદૃષ્ટિ કરે તો તને દુ:ખ થાય કે નહિ? કદાચ એવાં પણ હૃદય હોય છે કે જેમને એવા સંજોગોમાં પણ દિલમાં દર્દ થતું નથી! છતાં નૈતિક કાયદો જેને પાપ માને છે—મનાવવા આગ્રહ કરે છે તેને તોડનાર સુખી થાય છે એમ કોણ કહેશે? ઉપરથી પીળાં અને રૂપાળાં લાગતાં ઇંદ્રામણાંનાં ફળ અંદર કડવાં ઝેર હોય છે, એ વ્યભિચારની રૂપકતા જોનારને નથી સમજાતું. પણ તેનાં પરિણામ રૂપી કડવા સ્વાદનો અનુભવ થાય છે ત્યારે જ તે ખરી કડવાશ અનુભવે છે.

બીજી વાત, આ ભાઇની એ દિશા શૂન્ય છે કે હું એક વૈદ્ય છું. વૈદક સંબંધી મારા જ્ઞાન અને અનુભવથી વિના મૂલ્યે હું સેવા કરી શકું. પણ હું કાંઇ જંત્ર, તંત્ર, મંત્ર જાણનાર ઓલીઓ નથી. એવો કોઇ માનવી હોય તો તે તમારા જેવા કામાંધ સ્વાર્થથી ભરેલા ભાઇસાહેબ પાસેથી સો બસો રૂપીયા જરૂર ઓકાવી લે.

એક ભાઇને હું ઓળખું છું. ક્યારેક એ મારી પાસે પણ આવે છે. એમનો સ્વભાવ તમારા જેવો જ છે. ઘણા દિવસથી એ ભાઇ મોહિની કરાવવા માટે સાધુ, ફકીર, ઓલીયા, મંત્રશાસ્ત્રી, જોશી, દિગંબર, કીમીયાગારને શોધતા ફરતા હતા અને પૈસા બગાડતા હતા. તેમાં એક ફકિરજાદા તેમને મળી ગયા. લાંબી ચોડી વાતોથી એમને રીઝાવ્યા અને તાત્કાલિક અમલ કરે એવી **અત્તર મોહિની** કરી આપવા કહ્યું. ફકિરે એક અત્તરની શીશી અને રૂપીઆ અગીઆર લઇ આવવા જણાવ્યું. આ ભાઇ તો જાણે એ શોધતા જ હતા. એટલે એમને તો આવા મહાન માણસ મળી જવાથી મોઢામાં ગોળ પડયો! અને અગીઆર રૂપીઆ તથા અત્તરની શીશી લઇ ગુરૂવારે એમની પાસે જઇ આવ્યા. ત્યાંસુધી તો મને ખબર નહિ, પણ એમનું કામ પકે પાયે થઇ ગયું પછી તરત એ ભાઇ મને મળ્યા અને ઉત્સાહના આવેગમાં પોતે કેટલી હદ સુધી ફાવ્યા છે એ વાત કરવા લાગ્યા.

એમને ફકિરે એવી રીત બતાવેલી કે જે સ્ત્રીને મોહિત કરવાની હોય તેની પાસે જઇ તેના કાનમાં અત્તરનું પુંબડું ખોસી આવવું. પોતે પણ એ વખતે એ અત્તર કાનમાં મૂકવું અને નીચેનો ઇલમ પઢવો.

'અલહમદુલ્લા સગીરાની જેસે
યુસપેં જીલાંખાં દીવાની, તેસે તું હેા
મેરે પેં દીવાની! હેા તેા દીવાની ન હેા તેા દીવાની!'

આ ઇલમ પઢીને પોતે અત્તર કાનમાં ખોસવું અને સામેની વ્યક્તિના કાનમાં ખોસવું. બસ જ્યાં એના કાનમાં અત્તર પડયું અને એક કલમો પઢયો એટલે તે આંધળી ભીંત! આ ભાઇ મને વાત કરતા જાય અને રસના ઘુંટડા ઉતારતા જાય. જાણે એમને સ્વર્ગનું રાજ મળ્યું કે લીલી દ્રાક્ષ ખાવા મળી!

પછી મારો અભિપ્રાય પૂછ્યો. મેં કહ્યું : 'ભાઇ ! ખરી રીતે તમારા મિત્ર ગણાવું, એ પણ મને શરમજનક લાગે છે. પણ તમે દુનિયાની ઉપલી નજરથી એવા ખાનદાન છો કે તમારાં છુપાં કાર્યોને કોઇ જાણતું નથી. જો કે આવા મંત્રજંત્રથી કોઇ મોહિત થાય એમ હું તો માનતો જ નથી. અને તમારી માન્યતા પ્રમાણે કદાચ થાય તો પણ એથી શું ભાઇ ! જે વસ્તુ હરામ ગણાય તે તરફ જનાર હરામી છે. માટે આવી પ્રવૃત્તિ અને બરબાદી છોડી નૈતિક અને પ્રામાણિક રાહપર ચાલો એવો મારો અભિપ્રાય છે.'

પણ વેગ એ એક એવી વસ્તુ છે કે માર્ગમાં પડેલા પદાર્થ ઉપરથી ઉછળીને પણ આગળ વધે છે. એ ભાઇએ આઠ દિવસમા જ ધાર્યું કાર્ય કર્યું ! અત્તર પહેરાવવા જતા એક રાત્રે છૂપી રીતે ચંપલ–ખાસડાંનો ખાસો મજેનો માર ખૂબ ધરાઇને ખાધો, ઇજ્જતની રેવડી દાણાદાણ થઇ ને એ બિરાદર બે મહિનાની નોકરજન ભોગવી આવી, પછી તેમનું શ્યામ મોઢું બહાર બતાવવા શક્તિમાન બન્યા.

આ મારો જોયેલો દાખલો છે. પરસ્ત્રી પ્રત્યે ઇશ્કી બનનાર બિરાદર માટે તે ટાંકયો છે અને એ ભાઇને મારે વિનતિ કરવાની એ છે કે હું કોઇ આવા મોહિનીમંતર, જંતર જાણતો નથી, અને મને હરામના સો બસો તો શું પણ હજાર, બે હજાર કે બાર હજાર રૂપીઆ પણ જોઇતા નથી. માત્ર તમારી કંગાલ વર્તણુકની મને અત્યંત દયા આવે છે અને મને લાગે છે કે જો તમે કોઇ પક્કા ઉડાઉગીરને હાથે પડી ગયા તો તમારા બસો પાંચસો જે મળ્યા તે ચરી જશે અને એની આપેલી મોહિનીથી તમારી સારી રીતે પુષ્પાંજલી–પૂજા થશે. માટે મારૂં શરણુ શોધનાર વ્હાલા ભાઇ ! બુદ્ધિ ઉપર લાગેલો અંધકાર ઉડાડીને શુદ્ધ બુદ્ધિથી લગ્ન કરી અર્ધાંગના મેળવો અને સંસારનો–વિષયેચ્છાનો નાશવંત લ્હાવો લ્યો. પછી તો ભાઇ ! ઠોકર વાગ્યા વિના સમજણ આવતી નથી.

*

(૧૩૪) ફુલચંદ મેારારજી—અમદાવાદ

આપનેા પ્રશ્ન છે: આપના મિત્રે મચ્છી અને દુધ એક સાથે ખાવાથી તેનું ઝેર થયું છે અને ચહેરા ઉપર તથા શરીર ઉપર તે ફુટી નીકળ્યું છે. તેનેા આ ઉપાય માગેા છેા :

પ્રથમ તેા આ ભાઇને ત્રણ ચાર સારા રેચ આપી દેવા જોઇએ કે જેથી ઝાડા મ રફત શરીર અને આંતરડાં માંહેનેા તમામ કચરેા નીકળી જાય. રેચની દવા તરીકે **નારાયણુ રસ** સરસ છે. તેની વૈદ્યને ત્યાંથી તૈયાર ગેાળી મળશે. દરરેાજ એ ગેાળી સાધારણુ ગરમ પાણી સાથે આપેા. એટલે ત્રણુ ચાર ઝાડા થશે. વચમાં એક દિવસ બંધ રાખીને ફરી આપેા. ત્રણુ રેચ આપેા અને રેચના દિવસે ખીચડી (ચેાખા મગની) અને ઘી સિવાય બીજો કેાઇ ખેારાક આપશેા નહિ.

ત્યારબાદ મહામંજીષ્ઠાદિ કવાથ દિવસમાં બે વખત આપેા. સાથે અમૃતાગુગળની બબ્બે ગેાળીઓ ગળાવેા. એ કવાથ અઢી રૂપીઆભાર એક શેર પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તેાલા પાણી રહે એટલે ગાળી લઇને સવારે ગેાળી સાથે પી જવેા. એવી જ રીતે સાંજે કુચેા ઉકાળીને કવાથ ફરીથી પણુ આપવેા. શરીર ઉપર ચેાળવા માટે ઘી તેા. ૨૦ની અંદર જાઇનાં પાતરાં તેા. ૨ાા, લીંબડાનાં પાતરાં તેા. ૨ાા ને છુંદીને નાંખવાં. પછી ઘી ગરમ કરવું. પાતરાં બળી જાય એટલે ઘીને ગાળી લેવું. ગાળ્યા પછી તેમાં કંપીલેા તેા. ૧, કપુર તેા. ૧, ગંધક તેા. ૧ બારીક કરી નાંખવાં. તેને બરાબર ઘીમાં મેળવી ઘુંટીને બરણી ભરવી. શરીર ઉપર આ ઘી ચેાળીને અરધા કલાક પછી સાબુથી ધેાઇ નાંખવું.

આ દવાએા ચાલતી હેાય ત્યારે દુધ, ખટાશ અને મીઠાની પરેજી પાળવી. તે બિલકુલ ખાવાં નહિ. મહામંજીષ્ઠાદિ કવાથ અને અમૃતાગુગળ સારા વૈદ્યોને ત્યાં અથવા ફાર્મસીમાંથી તૈયાર મળશે.

*

(૧૩૫) ૧૭૬–પુના

પત્ર મળ્યો, બ્હેન! તમારા પ્રશ્નોના જવાબમાં:

(૧) સ્તનપ્રદેશ કઠિન કરવા માટે સ્નાયુ તંગ બનાવે તેવાં ઔષધો ખાવાં જોઇએ, લટકી ગયેલા સ્તનપ્રદેશને ઉચકી લઇ સરખાઇમાં રાખે તેવી ચોળીઓ હમેશાં પહેરી રાખવી જોઇએ. આવી રબરની ચોળીઓ પણ તૈયાર આવે છે.

ઝેરકોચલાની બનાવટ, ગુગળની બનાવટ, આહનની બનાવટ–આવા પદાર્થો સ્તનના સ્નાયુઓને મજબુતી આપે છે અને ગ્રંથીઓને સખત કરે છે.

તેલ માલીસ પણ થઇ શકે. અગાઉ 'બહુરૂપી'ના અંકોમાં આપેલ દાડમના પંચાગના ઉકાળા સાથે તેલ અને ઉપરથી બદામના તેલની બનાવટ બહુ જ ઉપયોગી અને સદ્ય ફળ આપનારી છે. એ બનાવટ 'બહુરૂપી' માં બતાવ્યા પછી સેંકડો બહેનોએ વાપરી છે અને તેનાં વખાણ કર્યાં છે.

(૨) સમાગમ પછી પાણી તુરત પીવાય કે નહિ? એ તમારા બીજા પ્રશ્નના જવાબમાં મારો નકાર છે. કારણ કે સમાગમ પછી શરીર ખુબ ઉષ્મા અનુભવતું હોય છે. અને એને અંગે કદાચ કોઇકને શોષ પડતો હોય તો પણ પાણી પીવું એ નુકસાનકારક છે. સમાગમ કાળ પછી અરધો કલાક બાદ ગરમ કરી ઠારેલું દુધ લેવું એ લાભકારક છે. પાણીની ઇચ્છાવાળાએ ત્રણ કલાક ઓછામાં ઓછા જવા દેવા જોઇએ. જેવી રીતે પાણી પીવું નુકસાનકારક છે, તેવી રીતે ઠંડા પાણીથી તુરત ગુપ્ત ભાગ ધોવો એ પણ હાનિકર્તા છે. એટલે એ પ્રમાણે ઠંડું પાણી લેનાર પુરૂષના ગુપ્ત ભાગની નસો ધીમે ધીમે નબળી બની ઉપર તરી આવે છે. અને સ્ત્રીને યોનીમાર્ગનું અથવા ગર્ભાશયનું જલંદર કિંવા ગર્ભાશયનો વરમ થાય છે. આવી નજીવી બાબતથી લાંબા દિવસે પુરૂષ નપુંસક જેવો થઇ જાય છે અને સ્ત્રીને

ગુપ્ત ભાગનો ખરાબ વ્યાધિ પેદા થાય છે. એટલે ઠંડું જળ વાપરનારને આ સાવચેતી બહુ જરૂરની છે. જો કે સમાગમ પછી ઉભય સ્ત્રીપુરૂષને સફાઈ કરવાની પરમ આવશ્યકતા છે. એટલે સાધારણ ગરમ પાણી–જેટલી શરીરમાં ગરમાઇ હોય એટલું ગરમ પાણી લેવું એ ઠીક છે. ઉન્હાળાના વખતમાં ત્રાંબાપીતળમાં રાખેલું પાણી વાપરવામાં વાંધો નથી. ઠંડી ઋતુમાં પાણી જરૂર ગરમ કરીને વાપરવુ.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે સમાગમ પછી પેસાબ કરવાની હાજત થાય છે તે રોગ છે કે જરૂરી છે?

સમાગમ પહેલાં બન્ને જણાં જો પેશાબની હાજતનો નિકાલ કરી લે છે તો પછી તાત્કાલિક હાજત થતી નથી અને કદાચ સમાગમ કાળ દરમ્યાન મૂત્રાશય નજીક હોવાથી તેના ઉપર ઘર્ષણની અસર થાય છે એટલે સમાગમ પછી શંકા થાય તો પેસાબ કરી લેવો એ વધારે સારૂં છે. એ કોઇ રોગ નથી બલકે પુરૂષને તો સમાગમ પછીથી કેટલીક વખત લાભ થાય છે અને એથી સમાગમ કાળે સ્ત્રી જો રોગીષ્ટ હોય અને તેનો ચેપ કે જંતુ નળીમાં દાખલ થયો હોય તો પેસાબથી ધોવાઇ સાફ થઇ જાય છે,

*

(૧૩૬) મોહન–મુંબઈ

હાથપગ ધ્રુજ્યા કરે છે. ઉમર વરસ ૨૦ ની છે. આજના વીશ વરસના યુવાનોના હાથ પગ ધ્રુજે એ પણ દેશનાં કમભાગ્ય ગણાય, ભાઇ!

ઉપાય

શુદ્ધ ઝેરકોચલા તો. ૫, મરી તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, રસસિંદુર તો. ૧, પીંપર તો, ૨, કસ્તુરી વાલ ૨, સોનાના વરખ વાલ ૨.

બધી વસ્તુ ખાંડીને પાઉડર કર્યા પછી ખરલમાં નાંખીને સોના-ગર વેલનાં પાનનો રસ નાંખી, ઘુંટી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળો. સવાર, બપોર, સાંજ બએ ગોળી દુધ અથવા પાણી સાથે લ્યો. એકાદ મહિનામાં જરૂર લાભ થશે. એક મહિનાથી વધુ ન લેશો. દુધ, ઘી વધુ લેજો અને બ્રહ્મચર્ય પાળજો.

*

(૧૩૭) દેવેન્દ્ર કુમાર–વડોદરા
ભેદી વ્યકિત–અમરેલી
રમણલાલ દેસાઇ–અમદાવાદ

આ ત્રણે ભાઇઓની એક જ ફરિયાદ છે અને એક સરખો કેસ છે. હસ્તમૈથુનની કુટેવ, શરીરમાં નબળાઇ, ગુપ્ત ભાગની કમજોરી, આપઘાતની ઇચ્છા અને સંસાર પ્રત્યે ઇતરાજી.

આ ત્રણે ભાઇઓની કથા અત્યંત દુઃખ ઉપજાવે છે. પણ એ વિષે વધુ નહિ લખતાં તેમને માટે ઉપાય દર્શાવું છું, જે આવી સ્થિતિ અનુભવતા અન્યને પણ ઉપયોગી થશે. માત્ર શક્તિનો સંચય કર્યા પછી તેનો દુર્વ્યય ન થાય એટલું સંભાળવાની જરૂર છે.

પ્રથમ મહિને ગળો, ગોખરૂ, આંબળાં, સરખે વજને લઇ, ત્રણે વસ્તુનું ચુર્ણ બનાવી, અરધા ભાર દર ત્રણ વખત દિવસમાં લેવું.

જમ્યા પછી હીંગાષ્ટક બેઉ વખત લેવું. રાત્રે સુતી વખતે સારી જાતની હરડે લેવી. એક મહિનો ઉપરનો પ્રયોગ કર્યા પછી બીજા મહિને પ્રવાલ ભસ્મ તો. ૩, લોહ ભસ્મ તો. ૧, રસસિંદુર તો. ૧, ગળોસત્વ તો. ૧, તાલીમખાનાં તો. ૫, બળબીજ તો. ૫, બંગ-ભસ્મ તો. ૨, ચાંદીના વરખ નંગ ૧૦૦, સોનાના વરખ નંગ ૫૦, શીલાજીત તો. ૧॥.

સરખી રીતે મેળવી કેવડાજળમાં ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી દિવસમાં ત્રણ વખત એકેક ગોળી દુધ સાથે લેવી.

લગાવવાની દવા—સફેદ કરેણના મુળની છાલ તો. ૨૦ તથા ભેંસનું દુધ શેર ૧૦. છાલને ખૂબ બારીક કુટી દુધમાં નાંખી દુધ ઉકાળવું. બે ઉભરા આવે એટલે નીચે ઉતારી પછી તેમાં ખટાશ નાંખી જમાવવું. તેની છાશ બનાવી માખણ ઉતારવું અને તેનું વજન તો. ૧૦ હોય તો તેમાં સિંહની ચરબી તો. ૧૦ નાંખવી. અને એ વીશ તોલામાં અરધો તોલો 'લાઇકર એપીસ પેસ્ટીક' (વિલાયતી દવા છે) નાંખવી. એ પ્રમાણે કરીને તૈયાર કરવું. આ તીલો જાદુગરની માફક કામ કરે છે. ગુહ્યભાગ ઉપર દિવસમાં એક વખત માલીસ કરી ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધી સુઇ જવાથી અને એકાદ મહિનો ચાલુ રાખવાથી હસ્તદોષથી થયેલી નબળાઇ સંપૂર્ણ નાબૂદ થાય છે.

ઉપરનો બે મહિનાનો કોર્સ બતાવ્યો છે તે પ્રમાણે કરવાથી તમારી બિમારી નાબૂદ થશે, સંપૂર્ણ મર્દાઇ આવશે. ચહા બંધ કરશો, બીડીનું વ્યસન મૂકી દેશો તો જરૂર સારૂં થઇ જશે.

*

(૧૩૮) ઠે. ૩૯, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ—મુંબઇ

એક ભાઇ ઉપરના ઠેકાણેથી પત્ર લખે છે અને પોતાનું નામ જણાવવા ના લખે છે. એમની હકીકત છેઃ વેશ્યાગમન પછી થયેલી ચાંદી અને એનું પરિણામ, તે માટે દવાઓ અને એ દવાઓ આરી પાસે છે કે નહિ? તેની શી કીંમત? વગેરે બાબત.

આવા પત્રોના જવાબ સીધા મંગાવવા ઘટે. દવાઓ બધી તૈયાર મળે છે. સીધો જવાબ મંગાવશો તો જ આવી વાતોનો નિકાલ થઇ શકશે.

*

(૧૩૯) ઇસમાંઇલ જમાલ-કડી

આપને નાકમાં છોડ બાઝે છે એને લઈ નાકથી શ્વાસ બરાબર લઇ શકાતો નથી અને બે વરસથી હેરાન થાઓ છો. એનો ઉપાય માગો છો ને બિરાદર ?

વારૂ, તમારે માટે ઉપાય ઘણો સસ્તો ને સહેલો છે. ઇંડાં, મચ્છી, માંસ બંધ કરો. એ ગરમ ખોરાક છે. અને ગાયનું ઘી દરરોજ દિવસમાં ત્રણ વખત સુંઘો. વધુ વખત સુંઘશો તો પણ સારૂં છે. સવારના ખોરાકમાં અઢીથી પાંચ તોલા માખણ અને રૂપીઆભાર સાકર રોટલીની સાથે લ્યો. એક મહિનામાં છોડ થતા બંધ થઇ જશે. માથા ઉપર ગરમ પાણી કદાપિ નાંખશો નહિ.

*

(૧૪૦) દુઃખીને-મુંબઇ

ગભરાવાનું શું કારણ છે, ભાઇ સાહેબ ? તમારી કહાણી સાંભળી મને દુઃખ થશે એમ તમે લખો છો. જરૂર મને દુઃખ થાય. પરંતુ તે તમારે માટે નહિ, પણ મારા સમાજ પ્રત્યે અને યુવાનો પ્રત્યેની બેદરકારી રાખનાર વ્યવસ્થાપકો માટે. વિનાશની બદી જોરશોરથી દોડી રહી છે. લાખો યુવાનો હસ્તમૈથુનથી નાઇલાજ બની રહ્યા છે. પરંતુ એ માટે કોઇ ખાસ વ્યવસ્થા નથી કે એને માટે કોઇ સક્રિય ઉપાય લેવામાં નથી આવતો. પ્લેગ, કોલેરા, શીતળા જેવા જંતુજન્ય વ્યાધિથી ચેતાવવા ઉપાયો લેવામાં આવે છે, એ માટે પ્રચાર કરવામાં આવે છે. તે કરતાં પણ આ બદીનો ચેપ અત્યંત ભયંકરતા ફેલાવી રહ્યો છે અને રોજબરોજ દશ વીશ યુવાનોની આવતી ફરિયાદોથી મારા કાનના પડદા બહેર મારી ગયા છે. છતાં તમારે નિરાશ થવાનું કારણ નથી. તમારે માટેના ઉપાય વિષે જણાવવાનું કે ઉપર એક સાથે ત્રણ ભાઈઓનાં નામ લખીને ખાવા તથા માલીસ કરવાના જે ઉપાયો બતાવ્યા છે તેમાં તમારા ઉપાયનો પણ સમાવેશ થઇ જાય છે.

*

(૧૪૧) સોમાલાલ—પાટણ

કસ્તુરીનાં ઝાડ કયાં થાય છે ? એ વિષેનો તમારો પ્રશ્ન છે :

ભાઇ કસ્તુરીનાં ઝાડ નથી થતાં પણ એ તો પ્રાણીજ ઔષધ છે. મૃગ અથવા જેને આપણે હરણ કહીએ છીએ તે જાતનું એ પ્રાણી છે અને એને કસ્તુરીઓ મૃગ કહે છે. એને વૃષણની ઉપર દુંટાની જગ્યાએ એક ગ્રંથી થાય છે. જન્મથી એ ગ્રંથી હોતી નથી પણ પરિપકવ ઉમર થયા પછી એનો આવિર્ભાવ થાય છે; અને જ્યારે એ ગાંઠ પરિપકવ થવા લાગે છે ત્યારે તેનું મોત પણ નજીક આવે છે. કારણ કે કસ્તુરી જ્યારે એ દુંટામાં પાકે છે ત્યારે હરણને કસ્તુરીની ખુશબો આવે છે. એ ખુશબો કયાંથી આવે છે તેની પોતાને ખબર નહિ પડવાથી, કસ્તુરીનો પરિપાક થાય છે એટલે એની ખુશબોને ખોળવા માટે કસ્તુરી મૃગ દોડવા લાગે છે, ભૂખ, તરસને ભૂલી જઇને તે ભટકયા કરે છે અને દોડાદોડીને થાકી છેવટે પ્રાણ અર્પણ કરે છે. કેટલાકનું એમ પણ માનવું છે કે તે ખુશબોની ખાતર નહિ પરંતુ એ વખતે તેને એક પ્રકારનું દર્દ થાય છે તેથી તે ભટકયા કરે છે, એટલે કે જેમ કુતરૂં હડકવા આવ્યા પછી એક જગ્યાએ ઉભું રહી શકતું નથી અને ભટકી ભટકી દર્દના દુઃખે મરે છે, તેમ આ મૃગ પણ મરે છે. ભલે ખુશબોથી અથવા દર્દથી—ગમે તે કારણથી પણ કસ્તુરીના પરિપાકના સમયે એ કસ્તુરીમૃગ મરણ સમીપે જઇ નાબૂદ થાય છે. મરણપથારીએ પડેલાં માનવીઓને જીવનદાતા કિંમતી કસ્તુરી એ રીતે પોતાને પેદા કરનાર મૃગના મૃત્યુનો પયગામ લાવનારી બને છે.

કસ્તુરી જેમ મૃગમાં થાય છે તેમ એક જાતના બિલાડામાં પણ થાય છે એમ સાંભળ્યું છે.

કાશ્મીર અને નેપાલની રાજયભૂમિનાં જંગલોમાં આ પ્રાણીઓ છે અને બન્ને જગ્યાએથી કસ્તુરી વેચાવા આવે છે. કાશ્મીરના કરતાં

નેપાલની કસ્તુરી ઉમદા ગણાય છે. બન્ને સ્થળે કસ્તુરી ઉપર રાજ્યનો અધિકાર છે. તેઓ માણસોને જંગલમાં રાખે છે અને એ લોકો આવા મૃગોમાંથી કસ્તુરી લઇ આવી, રાજ્યને અથવા રાજ્યના જંગલખાતાને સોંપે છે અને ત્યાંથી બીજા દેશમાં વેચાવા જાય છે. તે ઉપરાંત બનાવટી કસ્તુરી પણ લાખો તોલા વેચાય છે. માટે ખરીદતા પહેલાં પૂરી તપાસ કરી ખાત્રી કરવી.

આ જવાબ 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થયા પછીથી જાણવામાં આવ્યું છે કે હીમાલય પહાડમાં લાંબા છોડ થાય છે. એને 'લતાકસ્તુરી' કહે છે. તેને ભીંડા જેવાં ફળ આવે છે. તેની અંદર કાળાશ પડતાં બીજ હોય છે. એ બીજ ચાવતાં કસ્તુરીના જેવી સુવાસ આવે છે. એ બીજમાં કસ્તુરીની વાસ અને અમુક અંશે તેનો દ્રવ્યગુણ હોઇ શકે, તથાપિ તેને 'કસ્તુરી' તો ન જ કહી શકાય.

*

(૧૪૨) 'રઝળતો વેપારી' બુકોબાવાસી–આફ્રિકા

પત્ર મળ્યો. બિરાદર, તમારો આફ્રિકામાંનો વસવાટ અને ત્યાં ગયા પછીનાં તમામ પરાક્રમો વાંચ્યાં.

હવે ગઇ ગુજરી ભૂલી જાઓ અને પવિત્ર જીવન શરૂ કરો. ખીલતી જુવાની, પૈસાની કમાણી અને કોઇ રોક–ટોક કરનાર ન હોય તેવા જુવાનોની જે હાલત થાય તેવી તમારી થઇ છે. દારૂ, સીગારેટ, વેશ્યા, આદિએ તમોને જર અને નુરથી નીચોવી નાંખ્યા, અને એમ બને જ છે. માણસને ઠોકર વાગે છે ત્યારે જ સમજણ આવે છે, નોકરી ગઇ, પૈસા બંધ થયા અને આંખ ઉઘડી.

એક રીતે તો પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો તમારે આભાર માનવો જોઇએ. જો તમોને નિરંતર સારી આવક ચાલૂ રહી હોત તો તમારાં વ્યસનો અને બદી પણ ચાલૂ જ રહેત, અને હાલ જે સ્થિતિમાં છો તેથી પણ તમને કેટલાય દૂર ફેંકી દીધા હોત. પરંતુ

તમને લક્ષ્મી વિનાના બનાવી, જીવનની એક સાચી શિખામણ આપી છે કે લક્ષ્મી જો સીધે માર્ગે નથી લઇ જતી અને અવળા રસ્તે લઇ જાય છે તો કેવી હાલત થાય છે!

હવે પછી પણ સાદા અને સાત્ત્વિક જીવનથી રહી શકશો તો ધીરે ધીરે શરીર સુધરી જશે. લગ્ન કરી લીધું છે એ પણ ઠીક જ કર્યું છે. તમારે માટે પત્ની એ એક કસ્ટમ્સની લાઇનદોરી બની રહેશે કે ગુન્હો ન કરો, માનવધર્મના ગુન્હેગાર ન બનો. જો તમે તેમ બનવા તરફ વળો તો તમારી જાંચ થાય અને જપ્તી લેવાય. સ્ત્રી અને પુરૂષ જીવનમાં જેમ સાથીદાર છે તેમ રખેવાળ પણ છે. અંદરખાને અથવા આંતરિક વહેવારો ઉપર જ્યારે ઉંડી નજર કરીએ છીએ ત્યારે સ્ત્રી પુરૂષને અને પુરૂષ સ્ત્રીને વિપથગામી થતાં બચાવી લે છે, અવળે રસ્તે જતાં તેઓ ડરે છે.

નબળાઇ તો આવી જાય, કારણ કે બાવીસ વરસની અંદર તમોએ જીંદગીભરનો ખરચ કરી નાંખ્યો છે. એટલે હવે સંયમ રાખો અને શક્તિનો જમાવ કરો. શિર્ષાસન દરરોજ કરશો તો વૃશણ દુઃખતો બંધ થશે. દુઃખતા વૃષણ ઉપર, તમાકુના પાંદડાંપર શીલારસ લગાવી બાંધશો તો જલ્દી ઠીક થશે, અથવા થોડાક દિવસ 'આયોડેક્ષ' લગાડવાનું ચાલૂ રાખશો. એ દવા પેટંટ બનાવટની ન્હાની ગોળ શીશીમાં આવે છે. ઉપર કાર્ડબોર્ડનું ધરૂં હોય છે.

ખાવાની દવામાં સવારમાં બે ગોળી ચંદ્રપ્રભાની દુધ સાથે અને બે ગોળી ગોક્ષુરાદિ ગુગળની સાંજે લ્યો. આ દવા આયુર્વેદિક બનાવટની છે. તે ધીરે ધીરે પણ ઉત્તમ ફાયદો કરશે. ખૂબ ઠંડી શરૂ થાય એટલે એકાદ મહિનો પૂર્ણ ચંદ્રોદયની ગોળી લેશો તો બધી ખોટ નાબુદ થઇ જશે. પુર્ણ ચંદ્રોદયની ગોળી કોઇ જાણીતા વિશ્વસનીય વૈધરાજ પાસેથી લેશો. સરસ લાભ થશે. તેનો દુરૂપયોગ ન કરશો.

*

(૧૪૩) સુરતવાસી ભાઇશ્રી

પત્ર મળ્યો. આપ યુવાન હોવા છતાં આજ સુધી કોઇ બદીમાં નથી ફસાયા એ જાણી આનંદ થાય છે અને એવું જ વિશુદ્ધ જીવન જાળવી રાખવા આપને પ્રભુ સમર્થ મનોબળ આપે એવી ઇશ્વર પ્રત્યે પ્રાર્થના કરૂં છું.

યુવાન બાળકોમાં ફેલાઇ રહેલી હસ્તમૈથુન જેવી બદી માટે આપના મિત્રોના દાખલા લખી, એ શરીરને હાની કરનારી બદીને અટકાવવા માટે પુર જોસથી આંદોલન જગાવવા આપ મને ભલામણ કરો છો, તેમજ મારી શક્તિ, બુદ્ધિથી દેશવ્યાપી આ ચળવળ હું જગાવું એ માટે આપ આગ્રહ કરો છો. વારૂ ભાઇ, આપ નિયમિત 'બહુરૂપી' વાંચતા હશો તો આપને ખ્યાલમાં આવ્યા વગર નહિ રહ્યું હોય કે જ્યારે જ્યારે મને આવી જાતના પ્રશ્નો પુછાય છે ત્યારે ત્યારે યુવાનોને ચેતવવા હું મારી શક્તિ મુજબ સમજણથી ભરપુર શિખામણ આપું છું, એ બદીએ કેટલી પાયમાલી કરી છે તે વિષે ચેતાવું છું અને બાળકોનાં માબાપોને જાગતા રહેવાની ભલામણ કરૂં છું.

પરંતુ આપ લખો છો એ રીતના ખૂબ પ્રચારની જરૂર છે. જ્યાં કોલેજો હોય, બોર્ડિંગો હોય, સ્કુલો હોય ત્યાં ત્યાં પોસ્ટરો ચોઢાવી, એકાદ માસિક કે પત્રિકા કાઢી, કુટેવોથી થતા શારીરિક, માનસિક વ્યાધિઓ, એનું ભયંકર પરિણામ આદિ દાખલા દલીલો સાથે ચર્ચવામાં આવે તેમ થવાની, અને રોજબરોજ યુવાનોની નજર સામે આ પ્રચારની જરૂર છે. એ પ્રચારની પાછળ ધનના બહોળા વ્યયની પણ જરૂર છે. તેમાં સેવાભાવી નિર્લોભી સાથીદારો જોઇએ. અને એ જો હોય તો આપના માનવા પ્રમાણે સેંકડો નહિ લાખો જુવાનોને કુમાર્ગે વળતા અટકાવીને સાચા રાહ તરફ લાવી શકાય.

પરંતુ મારે કહેવું જોઇએ કે હું કાંઇ ધનવાન નથી. મારી પાસે જ્ઞાન, બુદ્ધિ અને આવું સત્કાર્ય કરવાની યોજના પડયાં છે. પરંતુ

જ્યાંસુધી આવા કાર્યને કોઇ પીઠબળ આપનાર ન મળે ત્યાંસુધી શું કરી શકાય–તે આપને માટે વિચાર કરવા છોડું છું. બાકી રોજબરોજ પાંચ પંદર આવી બદીથી ખુવાર થયેલા યુવાનોના મળતા પત્રો વાંચુ છું અને મને કમકમાં આવે છે.

હજારો છુપા નપુંસકો બનેલા યુવાનો અને આંસુ–છૂપાં આંસુ સારતી યુવતીઓના પ્રત્યક્ષ દાખલાઓ જોઉં છું, જાણું છું ત્યારે હું દિગ્મૂઢ બનેલો થરથરી ઉઠું છું. પરંતુ મારો ધારેલો માર્ગ હજી સ્વચ્છ નથી જણાતો. મને હજી આ માર્ગ માટે સાથ આપનાર નથી મળ્યો. છતાં આપના જેવા બિરાદરે પ્રેરણા પ્રેરી છે તે પણ મને આત્મસંતોષ મળવા જેવું લાગે છે કે જગતમાં યુવાનોનાં દુઃખે દુઃખી બનનાર આપના સમી વ્યક્તિઓ પણ છે ખરી.

બાકી ભાઇ, પ્રારંભથી 'બહુરૂપી'એ અને આજે ત્રણ વરસથી મેં એ દિશામાં પ્રયાણ કર્યું છે. બની શકે એટલા યુવાનોને એમાંથી બચાવ્યા છે, સાચો માર્ગ દર્શાવ્યો છે, અને તેમને મનુષ્ય તરીકે જીવવા લાયક કર્યા છે, છતાં આ પ્રયાસો મર્યાદિત છે. હજી પણ એને વધુ વેગવંત બનાવવાની જરૂર છે જ્યારે કોઇ માડીજાયો પૂત વસુધાનાં બાળકોને પોતાનાં સમજી, તેમના કલ્યાણ ખાતર પોતાનો ભોગ આપવા આગળ આવશે ત્યારે હું મારી સઘળી શક્તિ, બુદ્ધિ, અને બળથી એ દિશામાં પ્રયાણ કરીશ.

વારૂ, આપને શરીર ખીલવવું છે, બાંધો મજબૂત બનાવવો છે. એને માટે દવા જાણવા માગો છો. પણ તે માટે દવાની કશી જરૂર નથી. ધીરે ધીરે શારીરિક કસરત વધારો. ખોરાક જે લ્યો છો તે જ સરસ છે. માત્ર ચીલગોજા, અંજીર, કીસમીસ, પીસ્તાં, જેવો સુકો મેવો વધારે લેતા જાઓ. જરૂર બાંધો મજબુત બનશે. ઉંચાઇ તો આપનાં માતપિતાની ઉંચાઇથી વધુ નહિ થાય.

*

(૧૪૪) એ. ત્રીપાઠી—મુંબઇ

પત્ર મળ્યો, ભાઇ! પ્રથમ 'બહુરૂપી'માં આવતા મારા લખાણુ ઉપર આપને વિશ્વાસ નહોતો. પરંતુ જેમ જેમ વાંચતા ગયા તેમ તેમ આપને વિશ્વાસ આવ્યો કે તેમાં કેવળ સાચો માર્ગ અને સત્ય હકીકત સિવાયના લેખો નથી. હવે તમે માનો છો કે 'મારા જેવો દયાળુ, પરમાર્થી, નિઃસ્વાર્થી વૈદ્ય કોઇ નથી' વગેરે. એ રીતે તમોએ કરેલી પ્રશંસા માટે આભાર.

ઇશ્વરે સાચાને સાચું માનવાની આપને સદ્‌બુદ્ધિ આપી એ બાતે આપ પણુ એનો ઉપકાર માનો.

બીજું આ વસુધામાં તો અનેક રત્નો પડયાં છે. બિરાદર, મારાથી સમર્થ, વિદ્વાન, પૂજ્ય અને વંદનીય અનેક વૈદ્યો આપણા ભારતવર્ષમાં છે. એટલે મારા જેવો કોઇ નથી એમ આપનું માનવું ઠીક નથી. માત્ર હું ગરીબોને મારા બંધુજનો સમજી સાચા માર્ગ તરફ લઇ જવા પ્રયત્ન કરૂં છું અને સદૈવ કરતો રહીશ.

સ્વાર્થના ભોગે પણુ દરેકને હું માર્ગ બતાવું છું. અને સરલ જણાતો હોય ત્યાં તે માર્ગ બતાવવામાં મને લાલચ કદિ પણુ લોભાવી શકતી નથી. ધનવાનો માટે તો નાણાં ખરચી અનેક સાચી સલાહ મેળવવાનાં સાધનો પડયાં છે. પરંતુ મર્યાદિત આવકવાળો રીબાતો હોય ત્યારે જો હું મારૂં જ્ઞાન અને બુદ્ધિ વેચવા નીકળું તો તેઓ કેમ ખરીદી શકે?

ટીકા ખાતર નહિ પરંતુ દર્દભર્યા હૃદયથી એક બિના લખ્યા વગર નથી રહી શકાતું. મુંબઇના એક સાચા વિદ્વાન અને સમર્થ ચિકિત્સકનો હમણાં સ્વર્ગવાસ થયો. તેમની વિદ્વત્તા અને ચિકિત્સા વિષયક જ્ઞાન સંબંધે મે મત છે જ નહિ. પરંતુ એ મહાપુરૂષે

ગરીબોની સેવા ન કરી. ધનાઢ્યો એમના ઉપાસક હતા. એમની ફી દરરોજની બે–પાંચ, રૂપીઆ હતી. એથી વિશેષ હતો એમના સ્વભાવની તીવ્રતાનો જ્વાલાગ્નિ ! મધ્યમ, સાધારણ, ગરીબ, એમની પાસે જતાં પણ ધ્રૂજે. તેઓ પોતાની પાછળ દશેક લાખ રૂપીઆ મૂકી ગયા છે એમ સાંભળ્યું છે. તેઓ ત્યાગી હતા એટલે એ રકમનો કહેવા અને સાંભળવા પ્રમાણે સદુપયોગ જ થશે.

છતાં આવા સમર્થ ધન્વંતરી સમા મહાપુરૂષ જો મારી ગરીબ હિંદી જનતાનો હાથ ઝાલે અને એમનાં અમૃત સમા જ્ઞાનવારિને હળવાં મૂલમાં વહેતાં મૂકે તો ? ધન એ જીવનનું ધ્યેય નથી. ધન કરતાંયે જ્ઞાનની–જ્ઞાનદાનની કીંમત વધુ છે, ભાઇ !

થોડીક આપના પત્રની ચર્ચા કરી. હવે આપના દુઃખમય માર્ગ ઉપર પ્રકાશ પાથરૂં.

યુવાનીમાં–ઉધડતી યુવાનીમાં મુંબઇમાં પ્રવેશ કર્યો. ત્યાં મિત્રો મળી ગયા. અને મુંબઇની બે બાજુઃ એક સ્વર્ગસમી દેવનગરીઃ એક રૌ રૌ નરકાગાર ! અને આપને એ મુંબઇની ડાબી બાજુ તરફ મિત્રો લઇ ચાલ્યા.

જીવનના માર્ગનો અણજાણ યુવાન દુષ્ટ મિત્રોનાં કારમાં કાતીલ હૃદયને ક્યાંથી પીછાને ? ‘ મધુ તિષ્ઠતિ જીહ્વાગ્રે, હૃદયે તુ હલાહલમ’ જેના મુખમાં અમૃતમય વચનો ભર્યાં છે અને હૃદયમાં હળાહળ ઝેર છે એવા મિત્રોએ સીડીનાં એવાં પગથીયાં ચઢાવ્યાં કે હવે જ્યારે ભાન થયું ત્યારે આપને ખાત્રી થઇ કે પાછા વળવાની જરૂર છે. અને તેથી આપ સાચો માર્ગ માગો છો.

તે માર્ગ એ છે કે એવા લોકોની મિત્રતા છોડી દો, આપના એકેએક મિત્રને ચોખ્ખા શબ્દોમાં રૂખસદ આપો, ફરી એમનો વિશ્વાસ ન કરો, મનને મજબુત બનાવી સાત્વિક આહાર લ્યો, કરેલાં કુકર્મોની ઈશ્વર પાસે માફી માગો અને ઔષધો માટેઃ

સાલમ તેા. ૨, સફેદ મુશળી તેા. ૨, કાળીમુશળી તેા. ૨, સકાકુલમીશ્રી તેા. ૨, બહમન લાલ તેા. ૨. બહમન સફેદ તેા. ૨, જાવંત્રી તેા. ૧, પીંપર તેા. ૧, સુંઠ તેા. ૧ જાયફળ તેા. ૧, કુલીંજન તેા. ૧, એખરેા તેા. ૧, સતાવરી તેા. ૧, વિદારીકંદ તેા. ૧, ગેાખરૂ તેા. ૧.

એ બધાંને ખાંડી, ચાળીને બાટલી ભરી રાખેા. સવાર સાંજ પાવલીભાર, ગરમ કરીને ઠંડા કરેલા અરધા શેર દુધ સાથે લ્યેા. મરચાં છાંડાં, તેલ ન લેવાં. તમારી બધી ફરિયાદ દૂર થશે, શરીરમાં પડેલી ખેાટ નાબુદ થઇ વીર્ય ઘટ બનશે. સ્ત્રીસમાગમમાં આનંદ આવશે. ઉપરનાં એાસડીયાં સારા ગાંધીને ત્યાંથી મળી શકશે.

*

(૧૪૫) એક બહેન–કાલબાદેવી રેાડ—મુંબઈ

આપનેા પત્ર મળ્યેા. બહેન, પ્રથમ આપનેા પત્ર નીચે ઉતારૂં છું:

'હું આપને એક પ્રશ્ન પૂછવા માગું છું. મારી ઇચ્છા છે કે તે તમે 'બહુરૂપી' માં પ્રગટ કરેા તેા આપનેા આભાર નહિ ભૂલું.

'હું ઇંગ્લીશ ચેાથી ચેાપડી ભણું છું. મારૂં અભ્યાસમાં જરા પણ ચિત્ત લાગતું નથી. છેલ્લી ઘડીએ મહા મહેનતે પાસ થાઉં છું. આખેા વખત મને કંઇ કંઇ જાતના વિચારેા આવ્યા કરે છે તેથી લેસનમાં જરા પણ ચિત્ત બેસતું નથી.

'તેા મારે શું કરવું કે હું અભ્યાસ કરી શકું, ચિત્ત પરેાવી શકું ?'

બહેન, આપનેા પ્રશ્ન બીલકુલ સ્પષ્ટ છે, અભ્યાસ કરવાની ફરજ એ આપને માથે લદાઇ છે અને તેથી ચિત્ત ચેાટતું નથી.

આપનું કુટુંબ અભ્યાસ કરવા આપને દબાણ કરે છે. આપને અભ્યાસ રૂચી ઉત્પન્ન કરતો નથી.

એક બિમાર માણસને સંબંધીઓ 'થોડુંક જમો' કરી આગ્રહથી જમવા બેસારે છતાં એને ખોરાક ઉપર અરૂચી છે એટલે એ જમી શકે નહિ એ સ્થિતિ આપની સમજાય છે.

અભ્યાસ શા માટે કરવો, એ અભ્યાસ કરનારની સામે હોવું જોઈએ, અને જ્યારે અભ્યાસ કરવાથી થતા લાભને અભ્યાસ કરનાર ચિત્તની પ્રસન્નતાથી સમજી લે છે, તો તેને રૂચી અથવા અભ્યાસમાં પ્રીતિ ઉત્પન્ન થાય છે અને એ પ્રીતિ એના ચિત્તની એકાગ્રતા કરે છે.

આપ અભ્યાસ કરી આગળ વધો, મેટ્રિક થાઓ, બી. એ. બનો અને એક શિષ્ટ તથા સંસ્કારી સમાજમાં કેળવાયેલી સ્ત્રી તરીકે આગળ આવો. વગેરે બાબતો તો આપની નજર સામે જ છે. અને એ ભાવના નજર સામે હોય તો આપના ચિત્તપ્રદેશ ઉપર બીજી કોઇ વસ્તુ, કોઇ વિચારો આવવા જ ન જોઇએ. એક વિદ્યાર્થી અથવા એક વિદ્યાર્થિનીને વિદ્યાભ્યાસ ચાલતો હોય ત્યારે તેમને ખાસ કરી સાંસારિક અને સામાજીક કાર્યો અથવા વાતાવરણથી બહુ ઓતપ્રોત થવાં ન દેવાં જોઇએ. કારણ કે માનવશરીરમાં રહેલું અંતઃકરણ એ એક નિર્મળ આયનો છે. તેમાં પણ કુમળી વયનાં બાળકોનું અંતકરણ તો એટલું નિર્મળ હોય છે કે બહારનાં કલુષિત કાર્યો ત્વરાથી બિંબિત થાય છે અને એની અસર ચિત્તપ્રદેશ ઉપર મૂકી જાય છે.

આવાં વિઘાતક તત્ત્વો વડે જ્યારે ચિત્તપ્રદેશ ભરાવા લાગે છે ત્યારે ચિત્તની એકાગ્રતા કેન્દ્રિત કરનારી વૃત્તિ વિભક્ત બને છે અને પછી અનિચ્છાએ પણ વિચારો સામ્રાજ્ય જમાવે છે.

પંદર વરસની વય તો બહેન તમારી વધુ નથી. હજી પણ તમે ધારો અને બીજી કોઇ હવાને અંદર દાખલ થવા માટે મનની ખડકીના દરવાજાની સાંકળ બંધ કરી રાખો તો ચિત્ત એકમાર્ગી બની અભ્યાસમાં લાગી શકે.

તમારૂં મન અથવા ચિત્ત વ્યાધિગ્રસ્ત નથી પણ વિચારગ્રસ્ત છે. દવાથી એને સારૂં ન કરી શકાય, અને કોઇ દવાની જરૂર પણ નથી. તમારા પત્ર ઉપરથી જ જણાય છે કે છેક છેલ્લી ઘડીએ મહેનત કરીને તમે પાસ થઇ જાઓ છો. એ ઉપરથી પણ તમે સમજી શકતાં હશો કે ચિત્તને દબાણ કરી બીજી બધી બાજુથી સંકેલી લઇ 'પરીક્ષામાં પાસ થવું જોઇએ.' એ ઉપર લાવી મૂકો છો ત્યારે તમે પાસ થઇ જાઓ છો. એટલે છેક છેલ્લી ઘડીએ તમારી જવાબદારી ઉપર ચિત્તને એકાગ્ર બનાવો છો તેવું હમેશાં બનાવી રાખો.

તમે કહેશો કે એ જ હું પ્રશ્ન કરૂં છું કે ચિત્ત ચોટતું નથી! પરંતુ મુંબઇ જેવી નગરી અને ત્યાં ચાલી રહેલી હવા દશ દશ વરસનાં બાળકો ઉપર અસર નિપજાવી શકે છે, તો તમે બાલ્યકાળ વટાવી કિશોરાવસ્થાના ઓવારે આવી ઉભાં છે. નગરીમાં ચાલી રહેલા વંટોળને નિહાળવા જેટલી ઉમર તમારી થઇ ગઈ છે. એટલે એ વંટોળ શરીર સાથે અથડાઈ વ્યગ્રતા ન ઉત્પન્ન કરે તે સંભાળવાનું છે. અને એ સંભાળ કયારે રખાય? ચક્રાકાર ઘુમરી લેતા વંટોળથી દૂર ભગાય ત્યારે જ.

આ ગોળ ગોળ વાત કદાચ તમને બરાબર નહિ પણ સમજાય. છતાં સમજવાની જરૂર છે. બહેન, આજના નવા નવા રંગથી રંગાતા જતા જમાનાના ઉગતા અને વધી રહેલા છોડવાઓનો અભ્યાસ મેં કર્યો છે. હજારો યુવાન યુવતીઓનાં આંતરિક ચોગાનોના ખૂણેખૂણા નિહાળ્યા છે.

એક બીજી બાજુ નવવિચારમતવાદીઓની કડવાશ વહોરીને પણ મારે લખવી રહી જાય છે. પંદર સોળ વરસની કુમારિકાને જોઇતું માતૃભાષાનું જ્ઞાન, વ્યવહાર પુરતુ આંગ્લવિદ્યાનું જ્ઞાન આપ્યા પછી તેના પર આવી અરસિક ગોખણીયા વિદ્યાનો બોજો ઓછો કરી, કળા, અને હુનર તરફ તેને જો લઇ જવામાં આવે, તેને મન-પસંદ વ્યવહારૂ વિદ્યા તરફ મૂકવામાં આવે તો તેની બુદ્ધિની તથા શારીરિક ખીલવટ પણ થઇ શકશે.

વરસોથી પુરૂષોએ કેવળ પદવીધારી બનીને આજે ભણેલાઓમાં બેકારી વધારી છે અને હિંદના અત્યારના સામાજીક વ્યવહારે શ્રમજીવી કેમ બની શકાય અને રહી શકાય એ દિશા તેમની ઉજ્જડ કરી મૂકી છે. એ દશા કદાચ સ્ત્રીઓમાં પણ ઉપસ્થિત થશે. આજે થોડાક અભ્યાસ પછી વ્યવહારકુશળ બનેલો પુરૂષ મહિને સો દોઢસો કમાઇ સુખે નિર્વાહ કરે છે. મેટ્રીકો અને ગ્રેજ્યુએટો ૨૫–૩૦ રૂપીઆ મેળવવા ફાંફાં મારે છે. તે નયું સત્ય સમજવાનો પ્રયત્ન કરનાર અભ્યાસીઓથી અજાણ્યું નથી. એનું કારણ એ છે કે પદવીધારીઓ કદાચ ગોખણીઆ વિદ્યાર્થી હોઇ પાત્રરત્ન બનેલા હશે, પણ તેમના માનસ ઉપર વ્યવહારૂપણાની એટલી ઉણપ જોવામાં આવે છે કે એ સાડલાને સુંડલો સમજી લઇ આવે છે. ખુરસી બદલે ગાદી તકીએ બેસવાથી પાટલુનને પડતી કરચલી એ એમને અસંસ્કારી મનાવે છે. અને બિચારા પીંજરામાં પાળેલા પોપટ પ્રભાત થતાં 'બોલો ગંગારામ, રાધાકૃષ્ણ' એટલે 'રાધાકૃષ્ણ' કહેવામાં ઇતિકર્તવ્યતા સમજી જાય છે. અને મને ભય છે કે આ પાળેલા પોપટો જેમ વધી રહ્યા છે તેમ પાળેલી મેનાઓ પણ વધી પડશે તો હિંદના ગાર્હસ્થ્ય જીવનની સુવાસ રહીસહી હિંદની ગૃહિણીઓએ સાચવી રાખી છે તે પણ ઉડી જશે, અને નરી આકરા સેંટની તીખાશ વ્યાપી જશે. '

*

(૧૪૬) સુશીલા બહેન—શિહોર

આપનો પત્ર મળ્યો. બહેન, આપના પ્રશ્નોનો જવાબ નીચે આપું છું :

પ્રશ્ન—દર સવા વરસે સુવાવડ આવે છે. તેનું શું કરવું? છ સંતાન થઇ ગયાં, સાતમું પેટમાં છે અને સાતમો મહિનો ચાલે છે.

અત્યંત ખેદની વાત છે બહેન, કે શું કરવું એ તો આપ પણ સમજી શકો છો. પરંતુ આપ જે સમજી શકો છો તે આચારમાં મૂકી શકતાં નથી. તેમાં દોષ આપનો કે આપના પતિનો, એ તો ઇશ્વર જાણે.

હજુ બાળક ચાર મહિનાનું થયું ન હોય, માતાના સ્તનપાનથી પોષાતું અને બંધાતું હોય ત્યાં બીજો ગર્ભ રહે! એને વિખુટું પાડી ગર્ભમાંના બાળક માટે માના શરીરનાં રક્તકણો આપવા લાગે!

આ દિશાએ તો હિંદુસ્તાને દશ વરસની વસતિ ગણતરીમાં તેત્રીસ કરોડથી પાંત્રીસ કરતાંયે વધુ પ્રજા વધારી અને ઉપર બીજાં પાંચેક વરસ ગયાં છે અને ગણત્રી વિશારદો કહે છે કે લગભગ ૩૮ કે ૪૦ કરોડ થવા જાય છે! ધન્ય હિંદની પ્રજા!

આપ જ્યાં ઉપાય માગો એટલે હું ટીકા કરૂં—બળતા ઉપર ડામ આપવા જેવો હું પણ બળતો જાઉં છું. પરંતુ આવો પ્રશ્ન વાંચી મારા દિલમાં દુ:ખની ઉર્મીઓ ઉછળી ઉઠે છે અને જ્યારે પાંચ સાત બાળકો—ભુલકાંઓથી વીંટળાઇ હીર—નૂરની ચુસાઇ રહેલી ભારતીય બહેનોને જોઉં છું એટલે દિલમાં દુ:ખ થાય છે. બહેન! હિંદ જેવો સાત્વિક ગુણપ્રધાન દેશ અને જેના સંયમ નિયમ માટે પૃથ્વીમાં ગુણાનુવાદ ગવાતા, એ દેશની પ્રજા આટલી પામર બનવા લાગી છે! શું થશે હિન્દનું?

મારી વૈદકીય તપાસથી, સવા વરસે છોકરાં જન્મવામાં દોષ પુરૂષનો વધુ જોવામાં આવે છે. દર વરસે પેદા થતા બાળકનું ભરણ-

પોષણ, વિદ્યા અને જ્ઞાન આપવાની તેનામાં તાકાત નથી. અને એ જ્ઞાન લઇ શકે તેવાં બુદ્ધિમાન બાળકો જગતને આપવાની તેને બહુ પડી નથી. તેને તો માત્ર રાત્રિ દિવસ વિષયસુખ સતાવી રહ્યું હોય છે. એ ખાતર ભલે પત્ની રીબાઇને વહેલી મરે, બાળકો રખડતાં થઇ જાય, દુનિયામાં કંગાલો, બુભૂક્ષિતો અને જર્જરિત કાયાવાળાં ટોળકાં વધતાં રહે! એ બધી ભયંકરતા માત્ર ક્ષણિક વિષયસુખ ખાતર વહોરવા તે તૈયાર છે. માત્ર તે તૈયાર નથી તેના 'લબાડવેડા' બંધ કરવાને. પ્રભુ પુરૂષોને સદ્બુદ્ધિ આપે, અને સ્ત્રીઓને કેટલીક નાજુક બાબતોમાં થોડીક નિષ્ઠુર બની પતિની પામર ઇચ્છાનો ઇન્કાર કરતી થવાની સખ્તાઇ અર્પે.

હવે વધુ ચર્ચા નહિ કરતાં આપને માટે એક જ માર્ગ નિર્દેષ કરવાનો રહે છે. 'સંતતિનિયમન' માટે કુદરતી અને કૃત્રિમ ઇલાજોનો ઉપયોગ કરી આપ સવાસુરીયાં બાળકો અટકાવો. એ માટે સ્વતંત્ર લખાયેલા મારાં પુસ્તકો 'સંતતિ સંયમન' અને 'નવદંપતીને' મંગાવી વાંચી–વિચારી જવા ભલામણ કરૂં છું. આપને બધો સુગમ્ય માર્ગ તેમાંથી મળશે.

સ્તનમાં દુધ નથી આવતું તે આપનો બીજો પ્રશ્ન છે. એમાં બે દોષ સમાયેલા છે. કાં તો તેમાં માતાનો ઉર્મીથી ઉછળતો બાળક પ્રત્યેનો પ્રેમ નથી અથવા એના સ્તનની અંદર દૂધ ભરે એવી તાકાત તેના લોહીમાં–પાચનક્રિયામાં નથી. એટલે ઉપાય કઇ રીતે બતાવી શકાય?

છતાં દૂધને વધારનારા શતાવરી, મુશળી, ટોપરૂં, બાજરી, તલ, દૂધ, ખસખસ, અખરોડ, બદામ, ચીલગોજા, વગેરે પદાર્થો છે. એ પદાર્થો યુક્તિપૂર્વક લેવામાં આવે અને બીજા ખોરાકની સાથે આ વસ્તુઓ ખાદ્ય પદાર્થ તરીકે અપાય તો દૂધ વધે છે. પરંતુ માતૃપ્રેમ-રહિત હૃદય જ્યાં હોય છે ત્યાં દૂધના વીરડા સુકાઇ જાય છે.

હવે તો વિદેશીઓનો વાયરો પણ વાયો છે. કેટલીક સ્ત્રીઓ સ્તનમાં દૂધ હોવા છતાં બાળકને ધવરાવતી નથી.

બહુ થોડા દિવસ પહેલાંની વાત છે. એક પતિ–પત્ની છે. તેઓ એક મહિનાની બાળકીને લઈને મારી પાસે આવેલાં. મારે કબૂલ કરવું જોઈએ કે યુવતી સૌન્દર્યવતી હતી. પરંતુ એ હમેશાં પતિ પાસે ફરિયાદ કરતી : 'મને દૂધ નથી આવતું.' એટલે બે મહિનાની બાળકી થઈ ત્યારથી ગાયનું દુધ એને આપવામાં આવતું. બાઈના શરીરનો બાંધો નિહાળતાં મને એ વાત સાચી ન લાગી, અને 'બ્રેસ્ટ પમ્પ' (ધાવણ ખેંચવાના સાધન)થી જોયું તો ધાવણ પુષ્કળ મળ્યું. આંતરિક હેતુ તપાસતાં બાઈ પોતાનો બાંધો તુટી જાય, સ્તનની સુદૃઢતાનો નાશ થાય એ ખાતર બાળકીને ધવરાવતી નહોતી અથવા ઘણું ઓછું ધવરાવતી. પરિણામે ગાયનું દૂધ નહિ પચવાથી બાળકી મરવા તૈયાર થયેલી! એ પણ એક માતા! અને પારણામાંથી બાળકને ખોળામાં લે અને શ્રાવણ અશાડનો મેઘ રેલે એવી ધારાઓ વહેવરાવતી હોય એવી પણ માતા!

બીજો પ્રશ્ન આપે પૂછયો એ શરમજનક છે. એનો ઉત્તર આપવો એ પણ દુ:ખદાયક છે. સાતમો મહિનો જતો હોય છતાં પણ શું કામેચ્છા ન રોકાય? આપને પશુમાં તો ન મુકાય, પણ માનવી કેમ કહી શકાય? એટલે આવી વિષયી વૃત્તિનો હું કઈ કલમથી જવાબ આપું? એ મારા બુદ્ધિબળની બહારની વાત છે. ખરેખર સાચું છે કે જ્યારે અગ્નિ બળતો હોય છે ત્યારે અનેક પતંગીઆઓ તેમાં ઝંપલાવે છે. એમને તો ખ્યાલ જ નથી હોતો કે પ્રકાશ તેમને બાળી નાંખશે. મનુષ્ય જાણે છે કે વિષયવાસના તેમનું પતન કરશે; છતાં હાથે કરીને કૂવામાં પડે તેને કોણ રોકી શકે?

*

(૧૪૭) હારમોનીયમ માસ્તર–કરાચી

આપના પ્રશ્નોનો જવાબ આપના એ પ્રશ્નો રજુ કરીને પછી આપું છું.

પ્રશ્ન–અમુક માણસ પોતાને નપુંસક થઇ ગયેલો ક્યારે માની શકે?

ઉત્તર—તે સ્ત્રી સાથે સમાગમ ન કરી શકે–ગુપ્તભાગ ઉત્થાન થાય નહિ ત્યારે.

પ્રશ્ન–માણુસ નપુંસક થઇ ગયો હોય તે કદી તીવ્ર વાસનાવાળો થાય ખરો ?

ઉત્તર–જન્મનો નપુંસક સારો થતો નથી. કારણુવશાત બનેલો નપુંસક યોગ્ય પદ્ધતિસરની સાચી સારવારથી સારો થઇ શકે છે.

પ્રશ્ન–ગુમાવેલી તાકાત કોઇ પણુ ઉપાયે પાછી મેળવી શકે ખરો ?

ઉત્તર–ગુમાવેલી તાકાત ઘણી ખુશીથી મેળવી શકે છે. પણુ તે મેળવવા માટેનો પ્રયત્ન શરૂ કરે અને બીજી બાજુ ગુમાવવાનું ચાલૂ રાખે તો પાછા હતા ત્યાં ને ત્યાં–ઘાંચીના બળદની માફક ફરી ફરીને આવી ઉભા રહે છે.

પ્રશ્ન–ભોજનમાં દૂધ, મલાઇ, ઘી, માખણુ વગેરે વધારે લેવાથી ગુમાવેલી તાકાત મેળવી શકાય ?

ઉત્તર–જરૂર. આવા પદાર્થો ખાનારને તાકાત, તાઝગી, ઓજસ અને શક્તિ મળે છે. પરંતુ જેણે તાકાત ગુમાવી છે તે આવો ખોરાક હજમ કરી શકતા નથી. કારણુ કે આવા પદાર્થો પચાવવામાં પણુ શક્તિની જરૂર છે; અને શક્તિ આપનાર ઔષધો માત્ર આવા પદાર્થો પચાવવા માટે અવયવો–પાચક અવયવોને તૈયાર કરે છે અને એ અવયવો પુર ઝડપથી પૌષ્ટિક ખોરાક પચાવે છે. પચેલા ખોરાકમાંથી સપ્ત ધાતુ સર્જાય છે અને તેમાંથી શક્તિ જન્મે છે. દવા ખોરાક ન પચાવે, સપ્ત ધાતુ પેદા ન કરે અને પરભારી સીધી શક્તિનું પોટલું શરીરમાં ઠાલવી દે એમ માનવું તે કેવળ ભૂલ ભરેલું છે.

*

(૧૪૮) ચંદ્રકાન્ત મણીલાલ યાજ્ઞિક—અમદાવાદ

આપનો પત્ર મળ્યો, બિરાદર! આપના ત્રણ પ્રશ્નો પૈકી પ્રથમના પ્રશ્નનો ઉત્તર માત્ર આટલો જ છે: પૌષ્ટિક તત્ત્વો વધારે લ્યો, ગરમ મસાલેદાર ખોરાક બંધ કરી મન ઉપર ખૂબ કાબુ રાખો અને બને એટલું બ્રહ્મચર્ય પાળો. સ્થિતિ સુધરી જશે.

બાળકનાં ફેફસાં નબળાં છે અને હૃદય નબળું બની ગયું છે, ટીકાશ વગેરે માટે:

સવારમાં જીવન (ચ્યવન પ્રાશ અવલેહ) અરધો તોલો દૂધ સાથે આપો. બપોરના જમ્યા પછી દ્રાક્ષાસવ તો. ૦ા અને હાઇપોફોસ્ફેટ ઓફ લાઇમ એક ડ્રામ બન્ને મેળવીને આપો. જરા પાણી ઉમેરજો. સાંજે બે રતી મંડુર અને બે રતી ગળોસત્વ તથા બે રતી વાંસકપુર ત્રણે મળીને છ રતીનું એક પડીકું મધ સાથે અથવા મધ અને માખણ સાથે ચટાડો. તેની સાથે સોનાના વરખનો અરધો ટુકડો અથવા ¼ ટુકડો દરેક પડીકા સાથે મેળવીને આપશો તો વધુ સારૂં. એકાદ મહિનો ઉપરના ઉપચાર પ્રમાણે કરશો તો બાળકના શરીરમાં લોહી ભરાઇ મજબૂત બનશે. ખોરાક પચવા લાગશે. વજન વધશે અને પ્રેમથી ભણવા જશે. હૃદય ખસી ગયાની વાત જવા દો. હું નથી માનતો કે તેમ થયું હોય. અને એટલા નાના બાળકની ઉમર, વધુ પડતી દવાનો મારો તથા આજે આ ડાકટર અને કાલે તે વૈદ્ય એમ દોડધામ કરવાની કોઇ આવશ્યકતા નથી.

ત્રીજા પ્રશ્નમાં પત્નીની મગજની શૂન્યતા માટે નીચેનો ઉપચાર કરશો. આશાતીત લાભ થશે.

ગંઠોડાં તો. ૧, જટામાંસી તો. ૧, પ્રવાળ ભસ્મ તો. ૧, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ તો. ૦ા, મોતીપીષ્ટી તો. ૦ા, ખોરાસાની અજમો તોલો ૧.

બધી વસ્તુને બારીક કરી (પ્રવાળ ભસ્મ, સુવર્ણમાક્ષિક, ગળો-સત્વ, મોતીપીષ્ટી—આ દવાઓ અલગ રાખી, બીજીને ખાંડીને પછી આ દવાઓ મેળવી લેવી.) મધ સાથે અથવા ગુલકંદ સાથે એકેક વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત આપો. અને જમવાની સાથે અરધો અરધો તોલો બ્રાહ્મીનું ઘી આપજો.

આવી વિચારશૂન્યતા એટલે આપણે જેને વિચારવાયુ કહીએ છીએ, જેમાં ગતિ, મતિનો ભ્રમ થાય છે, તેમાં ઉપરની દવાઓ સુંદર કામ કરે છે. પ્રવાળ, સુવર્ણમાક્ષિક અને મોતી જેવી વસ્તુ સારી અને ખાત્રી લાયકની હોવી જોઇએ. બીજું એમને વહેવારિક બોજો અથવા ઘરના જીવનમાં મગજ ઉપર કોઇ દબાણ કે અસંતોષ જેવું હોય તો તે દૂર કરી નાંખશો. આશાતીત અતિ લાભ થઇ જીવનમાં ફરી આનંદ આવવા લાગશે.

*

(૧૪૯) મી. કાન્ત—રાજપીપળા

ભાઇસાહેબ ! સાત મહિનાથી પરમીયો થયો છે હજુ મટતો નથી ? અને કયાંથી મટે ? માણસ રોગ મટાડવાની ઇચ્છા રાખે છે, છતાં વર્તન રોગ મટાડવાનાં નહિ પણ વધારવાનાં હોય છે.

પરમીયા વીસ જાતના થાય છે અને એ એવો વિચિત્ર છુપો ચોર છે કે જેના શરીર રૂપી ઘરમાં પેઠો અને થાણું નાંખ્યું કે પછી નીકળવો બહુ કઠણ છે. તેમાં પણ નબળા દિલના માનવીઓની દોસ્તી એ કાયમની કરી બેસે છે. સાત સાત મહિના થયા પણ જ્યારે આપ એને દૂર નથી કરી શક્યા ત્યારે તો મને લાગે છે કે એ જીંદગીનો મિત્ર બનીને જ રહેશે. હું તેનો ઉપાય લખીશ તે વાંચી તમે ખુશ થશો, પરંતુ હું માનતો નથી કે તમે એને કાઢી શકો. છતાં

ારો ધર્મ મારે બજાવવો જ જોઇએ, હૃદયની દુર્બલતા નાબુદ કરશો ા જરૂર લાભ થશે. પ્રયોગ આ રહ્યો.

એલચી તો. ૦ા, સોનાગેરૂ તો. ૦ા, મુસળી તો. ૦ા, રૂમી ાસ્તકી તો. ૦ા, ગોખરૂ તો. ૦ા, શીલાજીત તો. ૦ા, સુખડનો હેર તો. ૦ા. એને ખાંડી સવારમાં એ પોણાએ તોલા ૧ પાકા ળામાં ભરી સવારમાં જ નરણા કોઠે ખાઇ જાઓ, દશ વાગે લીલી ળાને છુંદી તેનું દશ તોલા પાણી બનાવી ચંદ્રપ્રભાની બે ગોળી ાથે પી જાઓ. બપોરે ત્રણ વાગે ગોક્ષુરાદિ ગુગળ બે ગોળી સાદા ાણી સાથે લ્યો.

રાત્રે સૂતી વખતે ૦ા તોલો ખાંડેલી હરડે અને બે આનીભાર ાડા બાય કાર્બ મેળવી પાણી સાથે ફાકી જાઓ.

લાલ મરચાં, લસણ, રીંગણાં, અથાણાં, બંધ કરો, ચોખા અને ાંડ બહુ જ ઓછા ખાઓ. બ્રહ્મચર્ય ૭ મહિના લાગટ પાળો. ોક મહિનો ઉપરની દવા લ્યો. જરૂર જડમૂળમાંથી નાબુદ થશે. ટયા પછી સ્ત્રીસમાગમ કરશો તો ફરી ઉથળશે અને ગયેલો પરમો ાછો આવશે, લાભમાં સ્ત્રીને ચેપ લાગશે. પછી તો તમારો સંસાર ામભરોસે! પતિ-પત્ની રોગની લેવડદેવડ કર્યાં જ કરો! ઉપાય બતા-નાર મગજનું દહીં બનાવતા જ રહે! દુનિયા એ ચાલે જ ચાલતી હેવાની, બિરાદર!

*

(૧૫૦) યુ. પી. મહેતા-વઢવાણ કેમ્પ

મેટ્રીક ભણેલા વીસ વરસના યુવીન! જીંદગીથી કંટાળીને ાત્મઘાતના માર્ગે જવાની ઇચ્છા ધરાવનાર ઉછરતા બાળક! પત્ર ળ્યો, ભાઇ!

બેકારી, ધંધો નહિ, પૈસા નથી, વગેરે કારણથી આત્મઘાત તરફ જવાની ઇચ્છા નથી. પરંતુ માત્ર ગુહ્ય ભાગ ટુંકો છે એમ માની લીધું અને 'મારૂં શું થશે?' એ મુંઝવણે કોઇને કહેવાતું નથી, કંટાળો આવે છે, એ દુઃખે દુબળા છો ને ભાઇ!

ભલા હું એમ પુછું છું કે ટુંકી અને લાંબી એ ચિન્તા મનથી માની લીધી કે કોઇએ તમારૂં ધ્યાન દોર્યું? જાગ્રત અવસ્થામાં પાંચ છ ઇંચ, તો પછી એની લંબાઇ પંદર વીસ ઇંચની હશે કે કેટલી? તમારા દીલને બહેકાવનારને જરા પૂછી તો જોજો!

નાહક ઇશ્વરની ખાતર ગાંડાઇ છોડી દઇ, નાની મોટી નોકરી કે ધંધે લાગી જાઓ. શરીરનાં બીજાં અંગો યાદ નથી આવતાં કે ચિન્તા નથી થતી; કે પછી 'આંધળી ભેંશે મોઢવું ભાળ્યું!' બીજું કાંઇ સૂઝતું જ નથી! બસ એ જ વિચારો! તમને કોઇ રોગ નથી તેમ ખાસ ખોડ કે ઉણપ પણ નથી. પુખ્ત ઉમર થતી જશે તેમ બીજાં અવયવોની માફક એમાં પણ યોગ્ય સુધારો આપોઆપ થઇ જશે. નાહક 'જાહેર ખબર'ના જાદુઇ ઇલમમાં ફસાયા કરતાં ટુકડો રોટલો મેળવવા પ્રયત્ન કરો. નહિતર ખુવાર થશો.

*

(૧૫૧) હીંમતલાલભાઇ–ખંભાત

ભાઇ! જુની કહેવત એક કહું છું: એક સુંદર વાઘરણ હતી. એ દાડે દાતણ વેચે અને રાત્રે, 'ટાઢું શીળું આપજો રે મોટી હવેલીવાળાં બેન' કરીને ઘેરઘેરનો એઠવાડ માગી ખાય. નસીબ-સંજોગે એની સુંદરતાને કારણે એ રાજાની રાણી થઇ. વિવિધ પકવા-નોથી ભરેલા થાળો મળે તોય રાત્રે મહેલમાં ગોખલામાં રોટલાના ટુકડા મુકાવીને પછી એની માગી ખાવાની જુની ટેવ પ્રમાણે માગીને એ ખાય ત્યારે એને સંતોષ થાય.

એનો ઉપાય શું ? હું આપને પહેલા પ્રશ્નની સામે પ્રશ્ન મૂકું છું. ઘરમાં સુંદર અર્ધાંગના. તો પણ તમે બુરી આદત ન છોડો. એ તમારા મનની નમાલી દુર્બળતા અને પામરતા છે. એ તમે પોતે જ કાઢી શકો. બીજો ઉપાય શો બતાવે ?

બીજો પ્રશ્ન : પત્નીને સુવાવડ પછી ડાબું સ્તન નાનું થઇ જવા લાગ્યું. બાળકને ધવડાવવું ઓછું કર્યું અને સ્તન સુકાયું.

પ્રથમથી જ મહાવરો રાખી, બન્ને સ્તન ઉપર સરખી રીતે બાળકને વળગાડવાનો અભ્યાસ રાખ્યો હોત તો ડાબા સ્તનમાં કેવળ ધાવણ સુકાઇ ગયું તે ન થાત. આજે ઘણી સ્ત્રીઓમાં આ વિષમતા જોવામાં આવે છે અને એક સ્તન ઉપર વધારે વખત બાળક વળગાડે છે, એનું પરિણામ એ આવે છે કે એક સ્તન નબળો પડી સુકાય છે, બીજો સ્તન વધુ કામગીરીને લઇ લટકી જાય છે. હવે અત્યારે તો કાંઇ બને નહિ. બીજા બાળકના પ્રસવ વખતે જ્યારે ધાવણ ચડે ત્યારે જો કાળજી રાખશો તો ફરી ડાબો સ્તન સજીવન બની દૂધની ધારાઓ જરૂર ચાલુ થશે.

*

(૧૫૨) વિજયાબેન–ભાવનગર

આપના પાડોશમાં બીજાં બહેન રહે છે અને એ બહુ બાઝકણાં છે, અવારનવાર કાંઇક નજીવું કારણ લઇ એ લડવા તૈયાર થાય છે અને એમનો મોરચો તમારી સામે મંડાય છે. તમે થાકી ગયાં છો; છતાં પણ એ બહેન ગાલીપ્રદાન (ગાળો દેવી) ચાલુ રાખે છે. શું કરવું ?

આ તમારો આખો પ્રશ્ન બહેન !

વારૂ, પહેલી સલાહ તો તમને એ છે કે કોઇ પણ કારણ આપણે ઊભું ન કરવું કે જેથી અથડામણ થાય. સહન કર્યા જ કરવું, એટલે

આપોઆપ એ થાકી જવાનાં—અને એમનો હૃદયપલટો થશે જ. સહનશીલતારૂપી એક અજબ શસ્ત્ર છે. કોઇ પણ અવાજનો પ્રતિધ્વનિ ન હોય તો તેનો લય થઇ જાય છે. આ એક શાસ્ત્રીય સત્ય છે.

કદાચ તમને આ હૃદયપલટાનો અખતરો અણગમતો લાગે તો પણ એમ કહું છું કે ગાળો દેનાર કરતાં ગાળો સાંભળનારને થોડીક વિચાર કરવાની તક લેવાની જરૂર છે.

આપ ઘર બહાર નીકળ્યાં અને બાજુમાંથી એક બહેને તમને ગાળ આપી: ‘ જો, રાંડ પેલી કાણી જાય ! ’ હવે તમે એની સાથે લડવા જતાં પહેલાં પ્રથમ તમારી બેઉ આંખો તપાસો કે મને કાણી કીધી, પણ મારી તો આંખો બેય મજાની છે. તો પછી એ કાણી કહે એથી હું કાણી થવાની નથી; છતાં એ કાણી કહે છે એ એનું અસત્ય જ્યારે તેને સમજાશે ત્યારે વિચાર થશે કે તે જુઠું બોલી—અને તમે જો એક આંખે કાંણાં છો અને એ પ્રમાણે તે કહે, તો પછી હોય એવું કહે તેનું દુ:ખ શું ? એટલે મને તો લાગે છે કે ગાળો દેનાર તરફ માણસ વાસ્તવિકતાનો વિચાર કરી લે તો જરા પણ એને ગાળોની અસર ન થાય.

તમે મારો જવાબ વાંચીને કહેશો: વૈદ્યરાજ ! તમે બીજાને ઉપદેશ આપો છો, પણ તમને કોઇક ગાળો દે જોઇએ !

અરે બહેન ! મને તો એનો અનુભવ તમારાથી અનેકગણો નહિ પણ અનંતગણો થયો છે.

બે દિવસ પહેલાં જ મારા ધંધાબંધુ એક વૈદ્યરાજનો એક ફુલસ્કેપ ભરીને કાગળ ગાળોથી નવરાવી નાંખે એટલો આવ્યો છે ! એ ભાઇએ મને ગાળો દેવાની એટલાં માટે નવાજેશ કરી છે કે હું ‘ બહુરૂપી’ના વાચકો સામે આયુર્વેદના રત્ન જેવા ઉપાયો અને પ્રયોગો ખુલ્લા મૂકી દઉં છું અને બતાવું છું. એટલે—અપાત્ર, કુપાત્રને, મેં વિદ્યા વિનામૂલ્યે આપવા માંડી છે એ મારો અપરાધ છે ! પિતા

પુત્રને પણ ન બતાવે એવા પ્રયોગો અને દવાઓ હું સુંડલામાં ભરી મફત વેરવા તૈયાર થયો છું, એથી વંશપરંપરાનો એ વૈદ્યરાજનો બાપુકો ખજાનો લુટાવા માંડયો !

કહો, એ ગાળોનો ખરીતો મારી પાસે છે અને મને આનંદ પણ એટલા માટે થાય છે કે મારી શ્લાઘા કરનાર મારા ઉપકારી લેખો માટે પ્રશંસા કરનાર જેમ છે, તેમ મને ગાલીપ્રદાનથી નવાજેશનાર પણ છે ખરા. અમર રહો બહેન, એવા બિરાદરો અને એમની જીભમાં ગાળો દેવાની તાકાત પણ જુગજુગ જીવો !

બાકી મારૂં હૃદય એથી પણ અનંતગણી અપમાનિત ગાળોથી એકકે થડકો વધુ લેવાનું નથી. અને મારા સ્વભાવ પ્રમાણે વિદ્યા તો લુંટાવે જ રાખીશ. મેં જોયું છે કે એથી એ ખજાનો ખુટતો નથી પણ વધતો જાય છે. અસ્તુ !

*

(૧૫૩) પડદા પાછળના લીલાધારીઓને

ટપાલમાં દરરોજ આવતા પચીસ–પચાસ પત્રોના થોકડામાં કેટલાએક લીલાધારીઓ પણ અમને મળે છે; અને એમની લીલામાં અમને છેતરવાની તરકીબો ગોઠવેલી હોય છે. થોડાક એવા ભાઇ-ઓની ખાતર બે બોલ લખાયાથી તે એમની નજર સામે આવશે.

'બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને' એ કોલમ 'બહુરૂપી'એ ઉઘાડીને ગરીબ આમજનતા અને દુ:ખી જનોની સેવા કરવા ખાતર આત્મભોગ આપ્યો છે. અમારા અતિ વ્યવસાયમાંથી કેટલોક કીંમતી વખત એટલા માટે કાઢવામાં આવે છે કે મધ્યમ વર્ગનો માણસ શરીરના દુ:ખે દુ:ખીઓ હોય તેને અમારા જ્ઞાન અને અનુભવની થોડીક વાનગી અર્પણ કરીને અમારાથી બનતી થોડીક માનવસેવા બજાવવી. દરરોજ અનેક અગત્યનાં કામને હડસેલીને, આંખ આડા કાન કરીને

પણ મન, બુદ્ધિ, સમય અને મગજનો ખર્ચ અમે કરીએ છીએ. તેનો બદલો જે કાંઇ આપવાનો હશે તે પરમ કૃપાળુ ઇશ્વર આપશે જ. પરંતુ અમારી આ અદના સેવાનો દુરૂપયોગ કરનાર ભાઇઓ જરા હૃદય ઉપર હાથ મૂકી વિચાર કરે કે અમને હેરાન કરવામાં, ત્રાસ આપવામાં તેમનો શો અર્થ સિદ્ધ થાય છે?

એક ભાઇએ અવારનવાર ગમે તે કાગળની કાપલી મૂકી કવર જુદા જુદા રૂપરંગના અને જુદા જુદા અક્ષરોવાળા નોટપેડ કરી, બબે આના બેચાર વખત ભરાવ્યા. જો અમે કેટલાક ઉપયોગી કાગળ નોટપેડ હોવાથી નથી લેતા તો સાચા દુઃખી માણસોને સલાહ નથી મળતી અને તેમને અન્યાય થાય છે. કારણ કે કેટલીક વખત અમને હાથોહાથ ચોકસાઇથી પત્ર મળે એ ખાતર જરૂરી પત્રો પણ નોટપેડ થઇ આવે છે. આ હીસાબે અમે એવા પત્રો લઇ લેતા. પરંતુ હવે કોઇ પણ નોટપેડ કાગળ નહિ લેવાનો પ્રબંધ કરવો પડ્યો છે. એટલે નોટપેડ થયેલા નનામા પત્રોવાળાને તો કાંઇ સહન કરવાનું રહેશે નહિ, પણ ઉપયોગી પત્રો લખનાર ભાઇ બહેન ખાસ ખ્યાલમાં રાખે અને નોટપેડ પત્ર પાછો ન લોટાય એ ખાતર એવા પત્રો લખતાં બંધ પડે. મારી ટપાલ મારા હાથથી જ તુટે છે. એથી પત્ર ગેરવલે જવાનો ડર રાખવાની જરૂર નથી. માટે કોઇએ પૂરી ટીકીટ ચોડ્યા વગર પત્ર રવાના કરવો નહિ. જવાબની જરૂર હોય તો બે આનાની ટીકીટો પત્રની અંદર મૂકવી.

એક શિહોરવાસી ભાઇ પ્રશ્ન પુછવામાં પાવરધા છે. પ્રથમ તો તેમણે નનામા પત્રો લખવા માંડયા અને પછી બનાવટી રીતે એક બહેનનું બનાવટી નામ આપી અશ્લીલ પ્રશ્નોનો મારો ચાલુ રાખ્યો છે. તેમનું પુરતું શિરનામું હોત તો તેમને સીધી શિખામણ આપત. પરંતુ 'એક બેન' બનેલા એ ભાઇનો ખ્યાલ દોરીએ કે તેમણે પોસ્ટેજનો દર વખત એક આનો બગાડવો નકામો છે.

એક છગનલાલ નાથાલાલનું નામ ધારણ કરનાર ભરૂચના ટેલરે 'રામાયણ' જેટલો પ્રશ્નોનો થોકડો કવરમાં બીડી નોટપેડથી મોકલ્યો અને અમે તે પૈસા ભરી છોડાવ્યો. તેમના અનેક પ્રશ્નોના જવાબ આપવા બેસું તો 'બહુરૂપી'નાં દોઢસો પેજ જોઇએ. પરંતુ વૈદકનાં પુસ્તકો ખરીદી લઇ, ગળો કોને કહેવી અને ગોખરૂ તથા ગંધક કોને કહેવાં એ જાણી લેવું અથવા કોઇક ગાંધીની દુકાને નોકરી કરી લેવી કે જેથી દવાઓનાં નામ અને ઓળખાણ મળી રહેશે. મુદ્દાના પ્રશ્નો અને મુંઝવણો માટે જ કલમ ઘસવી વાજબી છે, બિરાદર! આવા તો અનેક પત્રો મળે છે. તે બધાને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર જણાતી નથી. હવેથી નોટપેડ પત્ર સ્વીકારવામાં આવશે નહિ, નામ કે પૂરા શિરનામા વગરના પત્રો પર ધ્યાન અપાશે નહિ અને અર્થ-હીન અશ્લીલ, બિભત્સતાભર્યા પ્રશ્નોનો બિલકુલ જવાબ મળશે નહિ.

*

(૧૫૪) દુઃખી અબળા સરસ્વતી–મુંબઇ

આપનો પત્ર મળ્યો, બહેન! પતિની પામર અવસ્થાની હકીકત અને તમારા દિલની દયાર્દ્રતા માટે મને દુઃખ થાય છે. તમને જે માર્ગ બતાવીશ તે તરફ તમો વળશો અને એટલી સાવચેતીથી ઉપચાર કરશો તો જરૂર તમે પતિને સુખી કરી સુખી થઇ શકશો. પ્રથમ એક મહીનો તમારા પતિને નીચેનો ઉપચાર કરો :

આંબળાનો મુરબ્બો તો. ૨૦, સફરજનનો મુરબ્બો તો. ૧૦, હરડેનો મુરબ્બો તો. ૧૦, ગુલકંદ તો. ૧૦.

ઉપરના બધા મુરબ્બાને એકઠા કરો. તેમાં ઠળીયા હોય તે કાઢી તેને મુલાયમ બનાવો, અર્થાત છુંદી નાંખો. તેમાં વાંસકપુર તો. ૨ાા, મુસળી તો. ૨ાા, કૌચાનાં બીજ તો. ૨ાા, પ્રવાલપીષ્ટી

તેા. ૨ાા અને ચાંદીના વરખની થેાકડી એક મેળવી દઇ તેનું ચાટણુ બનાવેા. દરરેાજ સવારે એક તેાલેા ચાટણુ ચટાડી અરધેા શેર ગાયનું દુધ પીવરાવેા. ગરમ ખેારાક, વધુ પડતાં તેલ, મરચાં, ચટણી અને પાપડ બંધ કરેા. એક મહિનામાં આ ચાટણ ખલાસ થયા બાદ શેાધેલેા હીંગળેાક તેા. ૧, અક્કલકરેા તેા. ૧, ગાંજાને બાળીને બનાવેલી રાખ તેા. ૦ાા, જાયફળ તેા. ૧, બંગભસ્મ તેા. ૧, તુલસીનાં બીજ તેા. ૧, સમુદ્રશેાશનાં બીજ તેા. ૧, જુંજબેદસ્ત તેા. ૧.

આ બધી ચીજો મેળવીને પેાશના ડેાડા શેર ૦ાા ને ઉકાળી તે ઉકાળામાં ત્રણ દિવસ ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગેાળી બનાવી દરરેાજ સવારસાંજ બબે ગેાળી દુધ સાથે આપેા અથવા ગેાળીને ભાંગી ભુક્કો કરી મધમાં ચટાડીને ઉપર દુધ પાએા.

પહેલા મહિનાથી જ્યારથી ચાટણ ચાલુ કરેા ત્યારથી ગુપ્ત ભાગપર તલના તેલનું માલીસ કરાવવાનું શરૂ કરેા. અને બીજો મહિનેા પણ તે ચાલુ રાખેા. બને તેા તલના ૨ાા રૂપીઆભાર તેલમાં અરધેા તેાલેા હીનાનું અત્તર નાંખીને માલીસ કરાવશેા તેા ગુણમાં વધારેા થશે.

ઉપરના ઉપચારથી તમારાં પતિની જે ભયંકર હાલત થઇ છે, તમારેા સ્પર્શ કરતાં વીર્યસ્રાવ થઇ જાય છે અને અપૂર્ણ સમાગમ રહે છે તથા ગુપ્ત ભાગ દુર્બળ અને અપંગ સમેા બની ગયેા છે તે સુધરી જશે.

તમારા જેવી સદ્ગુણી સ્ત્રીને શિખામણ દેવાની જરૂર હેાય જ નહિ. આજ સુધી ધીરજ રાખી અને અપૂર્ણ સમાગમમાં પણ સંતેાષ માની વિપથગામી થતાં અટક્યાં છેા, પરંતુ ‘ હવે ધીરજ ખુટતી જાય છે ’ એમ ન થવું જોઇએ. દેવી ! આપણાં દેશની સન્નારીએાએ અલ્પ સુખને પણ મહદ માની ‘ પતિવ્રતા ’ નું બિરૂદ સાચવ્યું છે, તેા તમે પણ તેને સાચવી રાખેા.

*

(૧૫૫) એ. એફ. રંગવાલા

તમારે માટે પણ ઉપરનો ઉપાય ખાસ ઉપયોગી છે. તેની અજમાયશથી તમને જરૂર લાભ થશે. કશીયે શંકા કિંવા ચિંતા વગર એ ઉપાય શરૂ કરી દો.

*

(૧૫૬) પી. કે. શાહ—મદ્રાસ

મોઢા ઉપર પ્રથમ થઇ ગયેલા ખીલ અને રહી ગયેલા ચાઠા માટે ઉપાય માગો છો.

આંબળાં, કપુરકાચલી, સુગંધી વાળો, દારૂહળદર, તગર, સુખડનો વહેર.

ઉપરની ચીજોને ખાંડી બારીક ભૂકો બનાવી રાખો. રાતે સુતી વખતે ગુલાબજળની અંદર પત્થર ઉપર ચંદનની માફક વાટી મોઢા ઉપર લેપ કરો, બીલકુલ પાતળો લેપ કરજો. સવારમાં ગરમ પાણીથી ધોઇ નાંખો. ડાઘ નાબુદ થશે. સવારમાં સ્નાન કરતાં પહેલાં દુધની તર મોઢા ઉપર માલીસ કરીને સ્નાન કરવાનું રાખશો. જરૂર લાભ થશે.

*

(૧૫૭) સુરજબલી—મુંબઇ

થયેલો ઉપદંશ વારંવાર ઉથળી આવે છે એ માટે શું કરવું તે વિષે પૂછો છો.

મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ દરરોજ લ્યો, બે વખત.

કેશરાદિ ગોળી—દરરોજ એ ગોળી ઘી સાથે ગળી જાઓ.

રાતે સૂતી વખતે મંજીષ્ઠાદિ ચૂર્ણ પાવલીભાર પાણી સાથે ફાંકો. ત્રણ મહિના મીઠું, આંબલી, તેલ, મરચાં બંધ કરી, સીંધવ નાંખેલી ખીચડી, મગની દાળ, ઘઉંની રોટલી, ભાત, આટલો ખોરાક ખાઇને રહો. ૭ મહિના સ્ત્રી પાસે જાઓ નહિ. અગાઉ કરેલાં અપકૃત્યો માટે પ્રભુ પાસે માફી માગો. જરૂર લાભ થઇ જશે. ઇશ્વર દયાળુ છે. એ કાંઈ મનુષ્યના જેવો છીછરા પેટનો નથી. ઉપરની ત્રણે દવાઓ શાસ્ત્રીય પાઠ છે. 'રખે વહેમાતા' પુસ્તકમાંથી તેની ખાવાની રીત તથા બનાવટ પણ મળી આવશે.

*

(૧૫૮) કચ્છી જીજ્ઞાસુ

આપના મિત્રને અગીઆર સંતાનો થઇ ગયાં. સાત હૈયાત છે. હવે તો તે તોબાહ પોકારે છે.

વારૂ, સહેલો અને અચોટ ઉપાય એને માટે તો એક સંયમનો જ. છે. બીજા નંબરે ઓપરેશન કરાવી સ્ત્રીની બીજવાહિનીઓને કપાવી કાઢવી તે છે. ત્રીજા ઉપાય તરીકે બર્થ કંટ્રોલ અથવા સંતતિનિયમનોનાં સાધનો વાપરવાં. બાકી એકાદ વખત દવા ખાવાથી કાયમને માટે નિયમન થતું હોય એમ માની શકાતું નથી. આજકાલ તો આ બાબત સમાજમાં ખૂબ ચર્ચા પામે છે, અને હું પણ માનું છું કે અમુક સ્થિતિ ને સંજોગોમાં નિયમન થવું જરૂરી છે. આ વિષયને લગતાં અત્યંત ઉપયોગી તથા પૂરી સમજણ આપનારાં 'નવ દંપતીને' તથા 'સંતતિ સંયમન' બંને પુસ્તકો મારા તરફથી લખાઇને પ્રગટ થઇ ગયેલાં છે. તેમાં સંતતિનિયમન માટેનું આવશ્યક જ્ઞાન ભર્યું છે. તમે એ મંગાવી, વાંચી, વિચારી એને અનુસરશો.

બાકી જાહેર ખબરમાં આવતી સંતતિનિયમનની દવાઓની અસરકારકતા તથા તેનાથી થતા લાભ–ગેરલાભની ચર્ચા તો હું કેવી રીતે કરી શકું ?

*

(૧૫૯) માણેકલાલ હરગોવિંદદાસ–મુંબઇ

મુંબઇમાં રહો છો, અવારનવાર ખાંસી થાય છે અને ગળા ઉપર કફની પરપોટી બાઝી જઇને ખોંખારવું પડે છે, તેને ખરેડી બાઝી કહેવાય છે. આપ બીડી પણ પીઓ છો.

સારૂં કર્યું ભાઇ, કે ઉપાય પૂછવાની સાથે આપે બીડી પીતા હોવાનું પણ જણાવી દીધું.

મને એવો કોઇ માણસ બતાવશો કે જે વારંવાર બીડી પીતો હોય તેને ઓછા વધતા પ્રમાણમાં ખાંસી ન હોય? આયુર્વેદ શાસ્ત્ર ખાંસીને ઉત્પન્ન કરવાનાં કારણો બતાવે છે, તેમાં ધૂણી શ્વાસનળીને લાગવાથી ખાંસી થાય છે એ સ્પષ્ટપણે જણાવી દીધું છે.

બીડીની ધૂણીનો ઘુંટ તમે ગળા નીચે ઉતારો તેની સાથે શ્વાસનળી આખીમાંથી એ પસાર થઇ ફેફસાના ઘણાખરા વિભાગને એ સ્પર્શ કરે છે. અને નિરંતર આ પ્રમાણે તેની ધૂણી લાગતી રહેવાથી શ્વાસનળી 'બ્રોંકાઇટીઝ'ની શ્લેશ્મકળા ધીરે ધીરે બારીક સોજાવાળી થતી જાય છે. શરીરનો એ સ્વભાવ છે કે વિજાતીય પદાર્થને તે બહાર ફેંકે છે. એટલે સોથમાં રસ પ્રવાહ જાય છે જેને આપણે કફ કહીએ છીએ, તેને બહાર ફેંકવા માટે ખાંસી ઉત્પન્ન થાય છે.

તમને ગમે તેવો સારો અને અસરકારક ઉપાય બતાવવામાં આવે તો પણ બીડી પીઓ ત્યાંસુધી તમારી ખાંસી જેને કાસ કહેવામાં આવે છે તે મટી શકે નહિ. માટે બીડી પીવાનું બંધ કરીને

જેઠીમધનું લાકડું તેા. ૫, જેઠીમધનેા શીરેા તેા. ૨॥, આંબળાં તેા. ૨॥, બેડાં તેા. ૨॥, એલચી તેા. ૧॥, લવીંગ તેા. ૧॥, ઇલમેટનાં ફુલ બેઆનીભાર.

ઉપરની ચીજો ઘુંટી પ્રાણી સાથે ગેાળી વાળવી. ચણાના દાણા જેવડી ગેાળી વાળેા અને આખા દિવસમાં આઠ દશ ગેાળી મેાઢામાં રાખી રસ ઉતારેા તેા ખાંસી મટી જશે અને જ્યારે પાછી બીડી પીવા લાગશેા ત્યારે ફરીથી થશે.

બીડી પીઓ, લોજમાં ચટણી, મસાલા, તેલનો મારેા ચાલુ રાખેા, પાનસેાપારીના ડુચા ચડાવો, દિવસમાં દશ વખત ચાહ ઢીંચેા અને છતાં ખાંસી ન થાય, શરીર મજબૂત બને, વજ્રકાય થવાય એવો ઉપાય હું નથી જાણતેા. ભાઇશ્રી, આપણેા આયુર્વેદ તેા ઉપાય કરતાં વ્યાધિના અટકાવને બહુ મહત્ત્વ આપે છે. આયુર્વેદનો સિદ્ધાંત માણસને નિરેાગી બનાવવાનો છે. દવા પીઓ, ગમે તે ખાઓ એ બાબતની છુટ દેશી વૈદક નહિ આપી શકે. એ માટે તેા તમારે કેાઇ ચશ્માધારી વિદેશી ચિકિત્સકને શેાધવો પડશે.

*

(૧૬૦) એક સેારઠવાસી—ઊના

પત્ર મળ્યો. ભાઇ, વૃષણ સંબંધી કેટલીક હકીકત આપ પુછાવેા છેા.

પુરૂષેાનાં વૃષણ એ એક અગત્યનું અંગ છે. એ બાલ્યકાળથી કામ કરતાં રહે છે, અને બન્ને વૃષણ હલનચલન કાયમ માટે કરે છે. જેમ જેમ ઉમર મેાટી થતી જાય છે તેમ તેમ વૃષણનું કદ પણ મેાટું થતું જાય છે, અને તે લગભગ મેાટી હરડેના કદનાં થઇ તેથી મેાટાં થતાં નથી.

બાલ્યાવસ્થા અને યુવાનીના કાળમાં વૃષણ ઘણી વખત ઉપર ચઢી જાય છે. તેમાં પણ ઠંડીની મોસમમાં અને ઠંડા પાણીએ સ્નાન કરવામાં આવે ત્યારે એ વૃષણ છેક ઉપર ચઢી જાય છે. ત્રીસ પાંત્રીસ વરસની ઉમર વટાવ્યા પછી ધીરે ધીરે વૃષણનો સંકોચ ઓછો થઇ તે સાધારણ લટકી જાય છે. છતાં બન્ને વૃષણ વારાફરતી ઉપર અને નીચે જા–આવ અથવા હલનચલન તો કર્યા જ કરે છે.

પરંતુ ખાસ કારણને લઇ પ્રમેહથી, આંતરડું ઉતરવાથી, વાયુનું ભરાણ થવાથી, ભરપેટે ઉપરા–ઉપરી જમવાથી, ચરબી વધવાથી, પગ પ્રસકાવાથી એકાદ કે બેઉ વૃષણમાં સોજો આવીને તે વધવા લાગે છે, દરદ થાય છે અને પછી એ કારણે તેનું કદ મોટું થઇ જાય છે.

તેમાં શીલારસ, તમાકુનાં પાતરાં વગેરે લગાડીને શેક કરવાથી, એકાદ રેચ લઇ લેવાથી, એક્સ્ટ્રેક્ટ બેલાડોનાનો લેપ મારવાથી તથા શિર્ષાસન કરવાથી વૃષણ ઉપર આવેલો સાધારણ સોજો ઉતરી જાય છે.

પરંતુ ચરબી અથવા આંતરડું ઉતરતું હોય કે પાણી ભરાતું હોય ત્યારે તો કોઇ સારા ચિકિત્સકની પાસે જઇને ચોક્કસ નિદાન કરાવી દવા લેવી પડે છે. એ સિવાય જાતે ઉપચારો કરાય નહિ.

હવે તમારી શંકા પ્રમાણે તમને કોઇ વૃષણનું દરદ નથી. નાનો વૃષણ હોવાની તમને માત્ર શંકા જ છે. તમારી ઉમર પ્રમાણે એટલું કદ હોવું જોઇએ. છતાં દર્દ જેવું લાગતું હોય તો બેલાડોનાનો થોડા દિવસ લેપ કરશો. એથી તમને જરૂર આરામ થઇ જશે.

બીજો પ્રશ્ન તમારો કબજીયાતનો છે. કબજીયાત તો અત્યારે લગભગ દરેક માણસને ઓછા વધતા પ્રમાણમાં જોવામાં આવે જ છે. અને તે થવાનું કારણ આજના વિજાતીય અને વિદાહી ખોરાકો છે. આજના ખોરાકોમાં સ્નિગ્ધ પદાર્થો ઓછા મળતા થયા છે, અને દાહક પદાર્થો ખાવાની ટેવ વધતી જવાથી નીચેનું સફરાનું આંતરડું સુકું બનતું જાય છે, એટલે

ઉપરથી નાના આંતરડાએ ધકેલી મોકલેલો મળ મોટા આંતરડામાં ભરાઈ રહે છે. એને માટે ઘણીએ ફાકીઓ અને ગોળીઓ છે. પરંતુ દરરોજ દસ્ત માટે ફાકી લેવી અને તેથી ઝાડો આવે એ વાત મને ઠીક નથી લાગતી. એથી તો પરાધીન જીવન થઇ જાય છે. મને તો એમ લાગે છે કે ઘઉંની રોટલીમાં એરંડીયાનું મોણ નાંખીને એ રોટલી લેવાથી દસ્ત બરાબર આવી જાય છે. કારણ કે તે આખા ખોરાકમાંથી થયેલા મળને કયાંય ચોટી જવા નહિ દેતાં દસ્ત સાફ લાવે છે. તમે કહેશો કે એરંડીયું તે કાંઇ મોણમાં હોય? પણ હું કહું છું કે શા માટે ન હોય? આપણા ખોરાકના પદાર્થોમાં ઘી, તેલ, સરસીયું, વગેરે આપણે શા માટે લઇએ છીએ? ખોરાકમાં સ્નિગ્ધતા અને કોમળતા લાવવા માટે જ. તો એ બધાંથી સરસ એરંડીયું છે. અઢી શેર એરંડીયામાં ચાર ખાટાં લીંબુની ફડાસો નાંખીને એકાદ બે ઉભરા આવે એટલું ઉકાળી નાંખો, એટલે તે એરંડીયા માંહેની ગંધ નાબુદ થઇ જશે અને વળી તે પાતળું પણ થશે. દીવેલ (એરંડીયું) આજે સેંકડો કુટુંબોમાં મોણમાં વપરાવા લાગ્યું છે. '**રખે વહેમાતા**'નો એ પ્રતાપ છે. તો તમે પણ આજથી જ એરંડીયું મોણમાં શરૂ કરી દો. એથી જરૂર લાભ થશે.

હવે તમારા શરીરની 'નોરમલ' ગરમીની વાત કરૂં. તમે લખો છો કે સુતી વખતે સાડીઅઠાણું રહે છે, ક્યારેક નવાણું, અને સવારમાં પાછો 'નોરમલ,' બપોરે પાછું આ અને સાંજે તે! વારૂ, એ તો ઠીક. પણ તમે થર્મોમીટર મારા ધારવા પ્રમાણે ખીસામાં જ રાખતા હશો અને જરીક શરીર ઉનું લાગે કે ઝટ કરતાને વળગાડતા હશો. ઠીક ભાઇ, એમ કર્યા કરો! એ રમકડું ઠીક તમને હાથ આવી ગયું છે! નવરા માણસને દાડો કાઢવાનો એ 'ગોરખધંધો.'

ભલા, થર્મોમીટરમાં સાડીઅઠાણું તાપ આવ્યો એટલે તમે શું કરશો? તમે એ કરશો કે આનંદમાં હશો તો બેચેન બનીને ચિંતા, ભય અને દોડાદાડી! પણ તમે જો થર્મોમીટરને ભૂલી જાઓ તો

કદાપિ તમારો નોરમલ આઘોપાછો નહિ થાય. ખાલી બેચેની મૂકી, પચે તેવો હળવો છતાં શરીરને પોષણકારક ખોરાક ખાઓ, ફરવા જાઓ અને આનંદમાં રહો. સાડીઅઠાણું કે સાડીનવાણુંનો વિચાર નકામો છે. નોરમલ કે તેથી વધુ કિંવા ઓછી ગરમીનો આધાર શરીરના બંધારણ ઉપર છે. મારા એક મિત્ર છે. તેમની ગરમી ૯૭ ડીગ્રી જ્યારે નાડીનો વેગ એક મીનિટમાં ૧૦૮ ધબકારાનો. છતાં તે પૂરા તન્દુરસ્ત છે અને દશ માઇલ ચાલતાં યે હાંફી જતા નથી. માટે એ પ્રકારના વહેમને મનમાં ન લાવશો. વજન તો તમારૂં તમારા કહેવાથી નહિ વધે પણ આપોઆપ વધશે, અને વધશે ત્યારે તમારો વજનનો કાંટો વચમાં નહિ આવે. જો આ માટે દવા કરવી જ હોય તો સવારે **ગળોઘનની ગોળી** જેને શંશમની નંબર ત્રીજો કહેવામાં આવે છે તે એક ગોળીથી શરૂ કરી, એકેક વધુ લઇ ૨૧ સુધી ચડો, અને પછી એકેક ઉતરો. બેંતાલીસ દિવસે બરાબર ઠીક થઇ જશે. તે દરમ્યાન બ્રહ્મચર્ય પાળજો. એ વધારે જરૂરી છે.

*

(૧૬૧) રંભાબેન–મુંબઇ

પત્ર મળ્યો. પત્રના અક્ષરો અને પુછાયેલા પ્રશ્નોનો માનસ-શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ વિચાર કરવામાં આવે તો સ્ત્રીના નામે પ્રશ્ન પૂછ-નાર તમે પુરૂષ છો. ભાઇ, તમને ઇશ્વરે મરદ બનાવ્યા છે, છતાં તમે સ્ત્રીને નામે પ્રશ્ન પૂછો છો! એમ તો કેટલીક કંપનીઓના માલીક પુરૂષો હોવા છતાં સ્ત્રીઉપયોગી દવાઓનું સારૂં વેચાણ કરવા ખાતર માલીક તરીકે સ્ત્રીનું નામ રાખી લે છે, અને પત્ર લખતાં તેમાં સહી કરીને 'ભાઇ'ના 'બેન' બની જાય છે. એ તો આ વીસમી સદીની વિધવિધ રમતો છે. ખેર, તમોએ બ્હેનના નામે ત્રણ પ્રશ્ન પૂછ્યા છે. તેમાંના બેના ઉત્તર હું નથી આપી શકતો. જેમાં કેવળ અશ્લીલતા ભરી હોય, ઇરાદાપૂર્વક એવું લખ્યું હોય,

એવા અને જે વાતમાં માલ કાંઇ ન હેાય તેવા પ્રશ્નો વિષે લખીને 'બહુરૂપી'ના વિનયશીલ વિવેકી વાચકેાનાં મન ઉંચાં કરવા હું નથી માગતેા. વારૂ, તમારેા ત્રીજો પ્રશ્ન છે કે ઋતુ વખતે લેાહી વહે છે તેનું શું કરવું ?

ઋતુ વખતે સ્ત્રીએાને લેાહી ન વહે ત્યારે શું દુધ વહન કરતું હશે, કિંવા મધ વહેતું હશે કે પાણી ? તેની આપ બાઇ બનેલા ભાઇને ખબર નથી લાગતી.

ઋતુ વખતે સાફ લાલ રંગનું અત્યંત પાતળું નહિ તેમ ગાંઠા ગળફાવાળું નહિ તેવું લેાહી જ વહે છે, અને તે લગભગ ચાર દિવસ પછી અને સાત દિવસની અંદર બંધ થઇ જાય છે. જ્યારે આ લેાહી ગાંઠાવાળું, દુર્ગંધયુક્ત, વધુ પડતું, વધારે દિવસ દેખાય ત્યારે તેને રેાગ કહેવામાં આવે છે. તેનેા યેાગ્ય ઉપચાર કરવાથી તે સુધરી જઇને નિયમીત બને છે, મારા ભાઇ—નહિ ભૂલ્યેા બહેન !

*

(૧૬૨) એ. ત્રિપાઠી

પત્ર મળ્યો. આપે હવે શું કરવું એ આખી આપની કર્મભૂમિ લખીને પૂછેા છેા. મારે લખવું જોઇએ કે તમારે સંસારી મટી, વૈરાગી બનીને ઇશ્વરનું ભજન કરવું. તમે હવે એ યુવાન છેાકરીને લાયક રહ્યા નથી. એટલે તમે ત્યાગી થાએા તેા એ બિચારીને માટે પુનર્લગ્ન કરવાનેા માર્ગ મેાકળેા થાય.

*

(૧૬૩) વઢવાણ શહેરનિવાસી

પત્ર મળ્યેા. માંકડ, મચ્છર, ઉંદરને નિર્મૂળ કરવાનેા ઉપાય માગેા છેા. એમને મારવાનેા ઉપાય હું નથી જાણતેા; પણ તે ન થાય, એાછા થાય તે માટેના ઉપાયની મને ખબર છે. શુદ્ધ હવા,

સુઘડતા અને સ્વચ્છતા, પૂર્ણ સૂર્યપ્રકાશ અને પવિત્રતાનો મંત્ર જે શહેરમાં સાચા રૂપમાં અમલમાં મુકાય ત્યાં આવા ત્રાસો ઓછા થઇ જાય. તમે એકલા ગમે તે કરશો પણ પાડોશી એંઠવાડ આંગણામાં જ ઢોળશે, અને છોકરાંઓ ખડકીએ ખડકીએ ઝાડે ફરશે તથા બીજા દિવસ સુધી ભંગી ન આવે ત્યાંસુધી બાળકોની વાવેલી વાડીઓ ઉપર માંખીઓ બણબણવાની. પછી ભલે એ બાળકોના પિતા આરોગ્યનાં ભાષણો માંચડે ચઢીને ભરડયા જ કરે. પણ એ પોતાની ગૃહલક્ષ્મીને સંભળાવી શકવાનાં નથી કે છોકરો આંગણામાં જાજરૂ જાય એટલે તેની પર ખોબો ભરીને ધૂળ નાંખી દેવી કે એની ઉપર બેઠેલી માંખો ભાણાની રોટલી ઉપર ન બેસે !

વઢવાણ શહેર જેવા મધ્યમ વર્ગનાં શહેરો કે જ્યાં ગટરનાં સાધનો નથી, જ્યાં જાજરૂ ખુલ્લાં મુકાય છે, અંધારીયા ઓરડામાં જે ઠેકાણે ખરા બપોરનો સૂર્ય પણ અડકી શકતો નથી, તે શહેરમાં માંકડ, મચ્છર, ચાંચડ, જે કહો તે થાય—અને થવાં જ જોઇએ ના !

હવે તો માણસો ભાંગેલા પગનાં થઇ ગયાં. દશ ડગલાં દૂર જાય તો ભાગોળે જાજરૂ જઇ અવાય તેવાનેય ઘેર જાજરૂનો ચુલો જોઇએ, અને આખા દિવસનો મળ આંગણાંમાં દુર્ગંધ મારતો જ હોય. આવા ગામમાં કોઇ વાર અચાનક આવી ગયેલાને લાગે કે આ તે નાનું સરખું શહેર છે કે ચિત્રગુપ્તના દંડાયેલા પાપી જીવોની નરકભૂમિ ! આવા પ્રશ્નોનો નિકાલ એક માણસ ન કરી શકે. એ કામ તો છે શહેર સુધરાઇ અને ગ્રામ્ય પંચાયતોના કાર્યવાહકોનું. પરંતુ એ બિચારાઓને ચુંટણી વખતે એવું શુરાતન ચઢે છે કે જાણે ખોડીઆર માતાનો ભુવો. દોડધામ કરીને, ખીસામાંથી અજમો ફાકીને તેઓ સભ્ય તરીકે ચુંટાય છે. પણ એની ભેગો તેમનો ઓતાર ઉતરી જાય છે, અને તેઓ એવા ટાઢા પડી જાય છે કે પછી લોકોની સુખાકારી જોવાની એમને ફુરસદ નથી હોતી. પરંતુ એટલું તો એ જરૂર કરે છેઃ પોતાનું આંગણું ભંગી સાફ કરી જાય છે કે

નહિ એ એક વાતનો તો તેઓ જરૂર ખ્યાલ રાખે છે. બીજાની સુખાકારીનું સમજ્યા પણ પોતાની સુખાકારી માટે બનતી ચીવટ રાખે છે ખરા.

ગુજરાતનાં કેટલાંક શહેરોની શહેર સુધરાઇની વ્યવસ્થા વખાણવા જેવી પણ છે. અમદાવાદ એ ખાતે પહેલે નંબરે આવે છે. પરંતુ કેટલાંક કહેવાતાં શહેરોની માઠી દશા છે. કનૈયોલાલ એમનો ઉદ્ધાર કરશે! કારણ કે આપણે તો આપણાં બધાં કામ પ્રભુને જ ભળાવીએ છીએ ના, બાપલા!

*

(૧૬૪) અનસુયા બહેન–કરાચી

પત્ર મળ્યો, બહેન! મારા બન્ને વિષયો તમે 'બહુરૂપી'માં હમેશાં વાંચો છો અને રાચો છો એ જાણી આનંદ થાય છે. આવી લેખમાળામાં જરૂર જાણવા જેવું તત્ત્વ મળે એ સ્વાભાવિક છે.

હવે તમે લખો છો કે તમે મારાં દર્શન કરવા આતુર છો, અને અને એ માટે આ તરફ વહેલી તકે આવવા ઇચ્છા ધરાવો છો.

એ બાબત મારે આપનું ધ્યાન ખેંચવાની જરૂર છે, દેવી! મારાં દર્શન શા માટે? હું એક સામાન્ય માનવી છું. મનુષ્યધર્મને અનુસરીને મારી પાસે આવનારને, પ્રશ્ન પૂછનારને માર્ગ બતાવવો એને હું મારો ધર્મ સમજું છું, અને આપને જે જ્ઞાનલાલસા હોય તે મારી પાસેથી આપ મેળવી શકો છો. બહેન, દર્શનની ભાવના ઉંચી છે, છતાંયે કેટલીક વખત દર્શનના હેતુ સચવાતા નથી. બાકી શરીર એ તો હાડ, ચામ, રકતથી વીંટાયેલું છે. એ પછી મહાત્માનું હોય કે અલ્પાત્માનું. દર્શન કરવા લાયક તો છે તેનાં જ્ઞાન, બુદ્ધિ અને ચારિત્ર્ય. રામ અને કૃષ્ણની પ્રતિમાને આપણે પૂજીએ છીએ એ કરતાં બની શકે એટલા પ્રમાણમાં એના આદર્શને, એના ગુણને, એના વર્તનને, ઉપદેશને અપનાવીએ તો જ સાચો લાભ

થાય. છતાં આપને આ તરફ આવવું હોય તો ઘણી ખુશીથી અનુકૂળતાએ આવી શકો છો. તૃણ, ભૂમિ, ઉદકથી, ગાર્હસ્થ્યના ધર્મે હુ તથા મારાં પત્ની આપનું અને આપનાં કુટુંબીજનોનું યથાશક્ય સ્વાગત કરીશું, જનુની!

*

(૧૬૫) એક કાઠિયાવાડના યુવાન

લખે છે: એક બાઇ...જતી હતી. અમારી નજર મળી. ત્યારપછી વારંવાર અમે મળતાં અને આંખો મળતી. ત્યારપછી એના રહેવાના મકાન પાસેથી નિકળતો અને બારીએ ડોકાતી. પછી ચીઠ્ઠીઓ ચાલુ થઇ અને બાઇએ જણાવ્યું: 'તમે મારા ભાઇ જેવા છો.' અને ભાઇએ જણાવ્યું: 'તું મારી બેન છો.' પણ હજુ, બાઇ બારીએ ડોકાય છે, ભાઇ ત્યાંથી નીકળે છે, ચીઠ્ઠીઓ આપે છે—ભાઇબહેન કહે છે—આને માટે છુટવાનો માર્ગ—આ બિરાદર મારી પાસે પુછાવે છે.

કોયડો અટપટો છે. પરંતુ આ ભાનભૂલ્યાં બાળકોને માર્ગ ન બતાવું તો તેઓના દિલના ઉંડાણમાં છુપાઇ રહેલી લાગણીઓને તેઓ નહિ પિછાની શકે અને કાગળની હાથણીને જોઇને હાથી જેમ બંધનમાં પડે છે તેવી દશા કદાચ આ લોકોની થાય.

ભાનભૂલ્યા યુવાન! તું જેને બેન કહી રહ્યો છે તેની પ્રત્યે એક બેન તરીકેનું તારૂં આકર્ષણ નથી, પરંતુ જાતીય આકર્ષણ છે. અને તમે લોકો ઉપરથી ભાઇ–બેન કહો છો છતાં છૂપી રીતે પત્રવહેવાર કરો, આંખો મિલાવો, દુનિયા ન જાણે તેમ બારીએ ડોકાં કાઢો તેનો અર્થ શો?

તમે દિલના ઉંડા ખૂણામાં પડેલા સ્ત્રી–પુરૂષના જાતીય વેગને નથી ઓળખી શકતાં. છતાં એ જાતીય વેગ તમને દોડાવી રહ્યો છે. જીભે ભાઇ–બેન કહેવાથી તમે મનની અંદર ઉંડી પડેલી આવેગ-

ભરી જાતીય ઇચ્છાને નથી રોકી શકવાનાં, અને ખરી રીતે કહું તો તમે વ્યભિચારના મહા ભયંકર દુષ્કૃત્ય તરફ વળી રહ્યાં છો. એક અંધકારભર્યા કુવાના કિનારા ઉપર આવીને ઉભાં છો. માત્ર એક ડગલું આગળ વધ્યાં એટલે તમે એમાં એવી રીતે પડી જશો કે પછી બચાવનાર નહિ મળે. પ્રથમ હું પૂછું છું કે :

એક રસ્તે જતી બાઇ સાથે આંખો મીલાવવાનો–કામુકતાભરી આંખો મીલાવવાનો તમને શો હક્ક છે? તમે કહેશો કે એણે મેળવી એટલે. પરંતુ તમે ન મેળવી હોત તો? છતાં તે વખતે તમારા દિલમાં માત્ર જોવાની જ ભાવના હોત, માત્ર કુદરતની અલૌકિક સુંદરતાની દૃષ્ટિથી નારીશરીરને નિર્મલ નિધાથી જોઇ લીધું હોત તો તમે દોષિત નહોતા. એમ તો સ્ત્રી પુરૂષને અને પુરૂષ સ્ત્રીને અનેક વખતે પરસ્પર જુએ છે. તે પોતાની હોય કે પરાઇ. એ કેવળ જોવાથી દોષિત નથી થવાતું. અત્યંત સુંદર મનોહર નારીને જોઇને તો કેટલીક વખત એવાય વિચારો આવે છે કે પરમાત્માએ આ સ્રીના પેટે અવતાર આપ્યો હોત તો આપણે પણ કેટલા સુંદર બનત? એ પણ એક નજર છે! પરંતુ જ્યારે કામુ-કતાભરી નજર હોય છે, તેમાં લુચ્ચાઇ, ખંધાઇ અને કટાક્ષ ભર્યાં હોય છે, તે આંખો છાની રહેતી નથી.

તમે એ બેનને એક વખત મળ્યા પછી અનેક વખત મળવાનો પ્રયત્ન કીધો. શા માટે ભાઇ બેનને મળ્યા કરે? અને તેમાં પણ તમે તો તેના ભાઇ નથી. ભાઇ જેવા છો એમ તમને રસ્તે જતી બાઇએ સંભળાવ્યુ છે. તો ભાઇ બેન છૂપાં શા માટે મળે? બારીએ શા માટે ડોકાય? ચીઠ્ઠીઓ શા માટે અરસપરસ ફેંકે? આ વહેવાર એક વિશુદ્ધ ભાઇ–બેનનો છે એ મને સમજાવશો?

આજના જમાનામાં નબળા માનસનાં માણસો પ્રથમ આવી રીતે જોડાય છે અને પછી આગળ વધી વ્યભિચારના પથે પળે છે.

તમે કદાપિ સાચાં જ ભાઇ–બેન એક જ માતાની કુખે પાકેલાં હો તો પણ તમે દુનિયાથી છુપાવીને આવાં કામ કરો–ખાનગી વહેવાર ચાલુ રાખો, તો તેવાં સગાં ભાઇ બેન પણ દોષિત ગણાય.

શાસ્ત્રકારે સગાં ભાઇ બેનને પણ યુવાનીના કાળમાં એકાંતમાં રહેવાની સાફ મનાઇ ફરમાવી છે. એના ઉપર વશિષ્ટ અને યાજ્ઞવલ્કયની આખી આખ્યાઇકા છે.

સ્મૃતિમાં લખવામાં આવ્યું કે એકાંતમાં યુવાન ભાઇ બેને પણ ન રહેવું. ત્યારે વશિષ્ટ મુનિએ વાંધો ઉઠાવ્યો કે સ્મૃતિ એ મનુષ્યને આજ્ઞા કરનારી ન્યાયપોથી છે. તેમાં આવું ન લખાય. ભાઇ અને બેન એ એક માતાના ઉદરથી પાકેલાં બાળકો ગમે ત્યારે એકઠાં રહે તેમાં હરકત ન જ હોય. ત્યારે યાજ્ઞવલ્કય મુનિએ દૂરંદેશી દાખવીને એ લખવાની જરૂર જણાવી. એક એ લખવા માગતા હતા, બીજા તેની વિરૂદ્ધ હતા. એમ કરતાં સાયંકાલ થયો અને તેઓ જુદા પડયા. યાજ્ઞવલ્કય મુનિએ જાણ્યું કે વશિષ્ટ મને નહિ લખવા દે. કારણ કે એ દલીલોથી મને હરાવી મૂકનાર છે–બુદ્ધિમાન છે. માત્ર વાસ્તવિકતાનો અને અનુભવજ્ઞાનનો એમાં તોટો જણાય છે; માટે મારે તેમને સમજાવવાની જરૂર છે.

અચાનક આકાશમાં ધુમસ ચઢી આવ્યું. પવન જોરથી ફુંકાવા લાગ્યો. વૃક્ષો અને વનવેલીઓ પવનને ઝપાટે જાણે જમીનમાંથી ઉખડી પડશે એવાં બની ગયાં! અને મુસળધાર વરસાદ વીજળીના ચમકતા નૃત્ય સાથે તુટી પડયો. માત્ર પાતળી અત્યંત બારીક સાડી પહેરેલી, ચોળી કે ચણીયા વગરની વીશ વરસની યુવાન બાઇ વરસાદ અને વાવાઝોડાથી બાવરી બની ગયેલી, મસ્તકના વાળનો અંબોડો વીખરાઇને લટકી ગયેલો છે, વરસાદમાં પહેરેલું બારીક વસ્ત્ર શરીર ઉપર ચોંટી જાય છે, એને સરખું સેરવતી ગાભરી ભયભરી બનીને વશિષ્ટની પર્ણકુટીમાં પ્રવેશી.

'કોણ બેન! અત્યારે આ સમયે અહીં કયાંથી?' 'ભાઇ, પૂજાનાં પુષ્પો વીણવા ઉપવનમાં નીકળી પડી હતી ત્યાં અચાનક આ

તોફાનથી માર્ગ ભૂલી. ભાઇ, દિશા નથી સુજતી. રાત્રિ અંધકારભરી. મારો આશ્રમ દૂર રહ્યો. ત્યાં કેવી રીતે પહોંચાય ? હવે તો રાત્રિ અહીં જ ગુજારવાની છું. ટાઢ પણ ખૂબ ચઢી છે. હવે હું બહાર નહિ જઇ શકું. વીરા, મને વસ્ત્ર આપો. તે બદલું અને અહીં પડી રહું.' વશિષ્ટનાં બેને પ્રત્યુત્તર આપ્યો.

'વારૂ, બેન ! પર્ણકુટીના અંદરના ખંડમાં જાઓ. ત્યાં ધોતી વગેરે મળી રહેશે. તે બદલો અને અંદરનાં દ્વાર બંધ કરી આરામ લ્યો, દેવી !'

બેન અંદરના ખંડમાં દરવાજા બંધ કરી સુતાં. વશિષ્ટ પરસાળમાં છે. એકાંત છે. રાત્રિ છે, વાવાઝોડું શાંત થયું છે, રાત્રિ સુમ, સુમ, કરતી વધી રહેલી છે.

વશિષ્ટની નજરે વસ્ત્રની આરપાર એક ખૂબસુરત યુવાન સ્ત્રીને અર્ધનગ્ન દશામાં જોઇ છે. એ સ્તન, એ જાંઘ, એ લટકતા વાળ, એ ભરાવદાર બદન અને એ ગોરૂં ગુલાબી વદન...

नारी स्तनभर जघनिवेशं दृष्ट्वा माया मोहावेशं

અહાહા કેટલી સુંદરતા ! કેટલું સરસ શરીર ? એનો સ્પર્શ કેટલો અહ્લાદકારક હોય ?

ગીતા કહે છે.

विषयान ध्यायते पुंसः संगस्तेषुपजायते ।

વિષયનું ધ્યાન કરનારને તેનો સંગ થાય છે. વશિષ્ટ, છાદડીની પથારી ઉપરથી કાંબળીને ફગાવીને ઉઠયા અને અંદરની પર્ણકુટીના દ્વારે આવ્યા. તેને ઉઘાડવા દ્વાર ખસેડયું. દ્વાર અંદરથી બંધ હતું. કામવિહ્વળતા ભરતીથી ભરપૂર હતી, બુદ્ધિ ઉપર, સારાસારના વિચાર ઉપર, ભાઇબેનના સંબંધ ઉપર કાળી પીછોડી લપેટાઇ ગઇ હતી.

અંદર કેમ જવાય ? એટલે એ ચઢયા પર્ણકુટી ઉપર. તેની ઉપર જઇને દાભડાના છાજને હળવે હળવે દૂર કર્યું અને એ પર્ણકુટીના

મધ્યસ્તંભને પકડી અંદરના ખંડમાં ઉતરી પડયા. ધીરે ધીરે પેલી બેન—મોહમયી નારી ક્યાં છે તે શોધવા લાગ્યા. અંદર અંધારૂં હતું અને દીવો હોય તો ય. '**कामांधो नैव पश्यति.**'

ટાઢથી ધ્રુજતાં અને શરીર સંકોચતાં એક ખૂણામાં બેન સુતાં છે. એને વશિષ્ટનો હાથ લાગ્યો. તે હતું મસ્તક. માથે હાથ ફેરવી મોઢા ઉપર હાથ ફેરવતાં લાંબી દાઢી તેમના હાથમાં આવી અને વશિષ્ટથી બોલાઇ ગયું:

'એ કોણ ?'

'એ તો હું યાજ્ઞવલ્કય. કેમ વશિષ્ટ મુનિ ! ભાઇ બેને એકાંતમાં ન રહેવું એ આપણે સ્મૃતિમાં લખશું ને ?'

'વાહ દેવ, કામ આટલો પ્રબળ છે તેમ હું નહોતો જાણતો. ક્ષમા કરો. હું અપરાધી છું. આપની મહાન દૂરદર્શી શકિતને ન પિછાની શકયો. મારા જેવા તપસ્વી અને સંયમી પુરૂષોને પણ કામ—બલવત્તર કામ સ્થગિત કરી નાંખે છે, તો પછી......'

विश्वामित्र पराशरा प्रभृतयो वातांबु पर्णाशना
स्तोपि स्त्रीमुख पंकजम् सुललितम् दृष्टवा सु मोहंगता ॥
स्वाद्यान्नं सघृतं पयोदधियुतं भक्ष्यंति ये मानवा
स्तेषां इंद्रियनिग्रहो यदिभवेत् विंध्यतस्तेरत सागरम् ॥

અર્થાત્ વિશ્વામિત્ર, પારાશર આદિ મહાપુરૂષ વાયુ, પાણી ને પાંદડાંનું ભક્ષણ કરી તપ કરનારાઓ પણ લલિત મુખવાળી વામાઓને જોઇને મોહ પામી ગયા તો પછી જેઓ ઉત્તમ અન્ન, ઘી અને દુધ સાથે જમનારા છે તેઓ ઇંદ્રિયોનો નિગ્રહ કરવાનું કહે તો તે વિંધ્યાચળ પર્વત લઇને સમુદ્ર તરવાનો પ્રયત્ન કરવા જેવું જાણવું.

આ દૃષ્ટાંત મને એક વડીલ પાસેથી સાંભળવા મળેલો. એટલે કદાચ વશિષ્ટ અને યાજ્ઞવલ્યક્નાં પાત્રોમાં ફેર હશે પણ પુરાણગત આ વાર્તા છે.

એટલે પ્રશ્ન પૂછનાર વિનાશના પંથે પગ ભરનાર બિરાદરને મારે સાચી સલાહ આપવી જોઇએ કે જે બાઇ સાથે તમારો છૂપો વહેવાર ચાલે છે તેને તમે બંધ કરી એ બાઇને ભૂલી જાઓ. શરીરથી ભૂલો એટલું જ નહિ, મનથી પણ. અને એ બેન પણ આવા ભાઇને ભૂલી નીતિના માર્ગે ચાલે તેમાં જ તેમની, આબરૂ, શિયળ, અને સદ્દગુણ છે. નહિ તો તમે એ દશાએ પહોંચશો જેવા જાજરૂમાં દોડતા કીડા હોય છે.

*

(૧૬૬) કે. બી.–જુનાગઢ

દશ વરસના હતા ત્યારથી સફેદ વાળ, શરીર માયકાંગલું, અભ્યાસ થયો નહિ. મોટરમાં ક્લીનરની નોકરી કરી, તેમાં ફાવ્યા નહિ. હવે બીજી કેટલીક આશાઓ છે, તે માટે મને પૂછો છો:

કેટલાંક બાળકો જન્મ્યા પછી કુછંદે ચઢીને અથવા આહારવિહારમાં સંયમ નહિ જાળવી શકવાથી નબળાં બની જાય છે, ત્યારે કેટલાંક બાળકો માતાપિતાનાં નમાલાં રજ–વીર્યમાંથી પેદા થયેલાં હોઇ એ જન્મથી જ નિર્માલ્ય, નિરૂત્સાહી અને માયકાંગલાં બની રહે છે.

તમારી બાબતમાં તમારા દોષ કરતાં તમારાં માતાપિતાનો પરિપાક જ એવો તૈયાર થયો છે કે જેથી તમારા જેવું બાળક થયું. દશ વરસમાં માથામાં ધોળા વાળ આવી જાય, મનમાં કામ કરવાની હિંમત નહિ, મગજમાં વિદ્યાભ્યાસની તાકાત નહિ, તેમજ શરીરમાં દીપ્તી નહિ, તો પછી તમે જે હવાઇ કીલ્લા બાંધો તે નકામા છે.

કસરતથી શરીર સુધરે છે પરંતુ કસરત કરનારને પૌષ્ટિક દૂધ, ઘી, માખણ વગેરે ઉત્તમ ખોરાકો મળવા જોઇએ. તો જ કસરત કરવાથી શરીરને લાગતો ઘસારો આવા ઉત્તમ ખોરાક ભરપૂર કરી શકે છે. સારા ખોરાક અને દૂધ, ઘી, વગરની કસરત લાભને બદલે

નુકસાન કરે છે. દહાડામાં દશ વખત ચહા જોઇએ, બીડીઓનાં ઠુંઠાં તો મોઢામાં અગ્નિહોત્રીના હવનની માફક જલતાં જ હોય, એક દાદરો ચઢવામાં કે બે-ચાર ડગલાં ચાલવામાં શ્વાસ ચઢતો હોય, તેવા ભાઇઓ કસરતની વાતો સાંભળી કે કસરત કરી પહેલવાન બનેલા યુવાનને જોઇને મનસુબા ઘડે, એટલું જ એના માટે ઘણું છે. એ કાંઇ કરી શકવાના નથી અને એમને માટે જેટલો દોષ તેમના શરીર અને મનનો છે તેટલો જ દોષ તેમને જન્મ આપનાર માતાપિતાનો છે.

દુખીયાં, દુબળાં, રોગી, ક્લીષ્ટ માનસવાળાં, કંકાસી, દુર્વ્યસની માતાપિતાઓ અનેક રોગોનાં પરમાણુંથી ભરેલાં હોય અને જેમના સમાગમમાં સંતાન પેદા કરવાની ભાવના નથી પરંતુ માત્ર વ્યભિચાર-માનસ વ્યભિચારના ફળ રૂપે પેદા કીધાં હોય તેવાં બાળકો મહાન બનવાની આશા રાખે તે નકામી છે.

કરણનાં પુષ્પમાં ગુલાબની ખુશબો ક્યાંથી લાધે? એ માટે રોપ, ક્યારી, પાણી અને ઋતુ ઉપર જ્યારે માળી ખ્યાલ રાખે ત્યારે જ ગુલાબ મેળવી શકાય છે.

આ લખીને તમને નારાજ નથી કરતો, તમે પ્રયત્ન કરશો, મન મજબૂત બનાવશો, વ્યસનોથી અળગા રહેશો તો જરૂર કાંઇક કરી શકો એવા થઇ શકશો.

બીજું તમે લખો છો કે 'હું ડ્રાઇવર થઇ શકીશ કે નહિ?'

આ માટે તો આપ કોઇક જ્યોતિષી બુવા પાસે જઇ પ્રશ્નફળ મુકાવો, બિરાદર! અથવા અઠવાડિક ભવિષ્યમાં અઠવાડીએ અઠવાડીએ ભવિષ્યનાં ચક્કર ફરતાં જે નજરોનજર ભળાય છે તેમાં તમારી નજર મેળાવી લ્યો. તમને પણ એ આયનામાં ભવિષ્ય ભાસશે. એ વિષે કશું કહેવાની મારામાં તાકાત નથી.

*

(૧૬૭) ગોંડળનિવાસી

'બહુરૂપી'ના અનેક વાચકોના પત્રો રોજ-બ-રોજ મળ્યા કરે છે. તેમાં જાતભાતના પ્રશ્નો પૂછવામાં આવે છે. કેટલાક પત્રોના લખનારને સીધા જવાબ અપાય છે. પરંતુ ઘણાના એવા સંયોગો હોય છે કે તેઓ સીધો જવાબ મેળવવામાં જોખમ કે શરમ સમજે છે. તેમને 'બહુરૂપી' દ્વારા જવાબ અપાય છે. તેમાંના એક આ ભાઈનો પત્ર મને મળે છે. એ ભાઈનો પત્ર હું અહીં ઉતારું છું. હું માનું છું કે તેમના જેવી શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ ઘણા યુવાનોની હશે. તેઓને આ પત્ર વિચાર કરાવતો બનશે :

'મારી ઉમર વરસ ૧૮. હજી અભ્યાસ કરૂં છું. નાનપણમાં કુટેવ પડી ગયેલી. અઢી વરસ પહેલાં ભયંકર બિમારીમાંથી બચ્યો. છતાં એ કુટેવ બિમારી પછી પણ આઠ-નવ મહિના ચાલૂ રહી. આજ સવા વરસથી તેનો પૂર્ણપણે ત્યાગ કર્યો છે. પણ હવે તેનાં ભયંકર પરિણામો ભોગવવાં પડે છે. કુટેવના અંગે થવી જોઈતી લગભગ તમામ શારીરિક અને માનસિક ફરિયાદો, અને તેમાં ખાસ કરીને પેટનું સખ્ત રહેવું, જેમ પાણીમાં સીસાનો કકડો પીગળે નહિ તેમ હોજરીમાં જ્યારે ખોરાક પડે ત્યારે જાણે સીસું પડ્યું, પછી પચવાની તો વાત જ ક્યાં ? આંતર સાવ નબળાં પડી ગયાં છે. શરીર તપેલું રહે છે. નબળાઈ, લોહી-માંસનો અભાવ. સખત કબજીયાત, જુલાબ ન લાગવો, ચક્કર આવવાં, કોઈ કોઈ વખત હૃદયમાં સોય ભોંકાવા જેવું થવું, લથડીયાં આવવાં, ઉત્સાહ નહિ, એ બધી મારી શારીરિક ફરિયાદો છે.'

તે ઉપરાંત આ ભાઈને કેટલીક માનસિક ફરિયાદ પણ કરવાની છે. એ વિષયમાં તે જણાવે છે કે :—

'પહેલાં જેઓ મારા મિત્રો હતા તેમાં હવે મને વિશ્વાસ રહ્યો નથી. અને કોણ જાણે કેમ મને પૈસા ઉપર અભાવ આવી ગયો

છે. મને વિચાર આવે છે કે કદાચ મારી પાસે પુષ્કળ પૈસા થાય તો એટલા બધા પૈસાને મારે શું કરવા? મને તો થોડા પૈસા મળે એવો ધંધો મળે તો સારૂં એમ થયા કરે છે. અને આ જ બાબત મને પ્રગતિના પંથે જતો અટકાવે તો ના નહિ. પહેલાં મને પૈસા બાબતનો વિચાર સરખો પણ ન આવતો. હવે મને એવા જ વિચારો આવ્યા કરે છે.

'શારીરિક ફરિયાદો તો હું સમજી શકું છું. પણ આ માનસિક ફરિયાદો કેવી રીતે ઉદ્‌ભવી તે હું નથી સમજી શકતો. એ બાબત મને સમજાવશો? બીજું, મગજ ખાલી જડ જેવું લાગે છે. પહેલાં મને જે બાબતમાં રસ હતો તેનો અત્યારે શોખ નથી રહ્યો. પહેલાં ગમે તે બાબત ગમે તેટલી અઘરી હોય તો પણ તે મગજમાં ઉતારી શકતો, તે આજે ગમે તેટલી સરલ અને રસિક હોય તો પણ નથી ઉતરતી. મને ક્યાંય ગમતું નથી અને મારૂં જીવન ખારૂં ઝેર જેવું થઇ પડયું છે. અભ્યાસ મેં એક વરસ માટે છોડી દીધો છે. મારી સ્થિતિ જો નહિ સુધરે તો મારે અભ્યાસને હમેશને માટે તિલાંજલી આપવી પડશે. એક વરસ દરમ્યાન હું મારી સ્થિતિ સુધારવા માગું છું. બીજું મને એમ લાગે છે કે હું જ હોંશીયાર છું એવું મને અભિનાન આવી ગયું છે. પહેલાં આવું ન હતું અને હવે કેમ?'

આ ભાઇનો પત્ર વાંચી હૃદયને ભારે આઘાત થયો છે. અઢાર વરસની ઉગતી વયના કુમળા બાળકની આ દશા? મને તો એ માટે તેનાં માતા–પિતા અને વડીલો જ જવાબદાર લાગે છે. બાળકને પડતી કુટેવોનાં કારણો અનેક હોવા છતાં તેનું દોષારોપણ હું મુખ્યત્વે કરીને વડીલોની ઉપર જ કરૂં છું.

આ અઢાર વરસનો યુવાનીના ઉંબરે ઉભેલો બાળ અનિષ્ટ ટેવોનો ભોગ બની હતવીર્ય બની ગયો છે. તેને પરિણામે શારીરિક અને માનસિક ફરિયાદો તેને કરવી પડે છે. તેણે પોતાનું પુરૂષત્વ ગુમાવી

દીધું છે. નહિતર 'મને વધારે પૈસા મળશે તેનું હું શું કરીશ ?' એવો વિચાર પણ તેને શા માટે આવવો જોઇએ ?

હજી કાંઇ વહી ગયું નથી. આ ભાઇ જણાવે છે તેમ જો તેણે પોતાની કુટેવનો પૂર્ણપણે ત્યાગ કર્યો હોય, તો મારી તેને વિનંતિ છે કે હવે ભવિષ્યમાં તે જીવનને કબરસ્તાન બનાવનાર એ કુટેવના માર્ગે કદિ પણ નહિ ચડે.

બાકી તેને કોઇ ખાસ દવાની જરૂર નથી. મુખ્ય જરૂર લાંબા કાળ સુધી કાયિક, વાચિક, માનસિક પૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પાળવાની છે. તેનો આહાર શુદ્ધ અને સાત્વિક હોવો જોઇએ. જ્ઞાનતંતુને ઉશ્કેરે તેવો ખોરાક ન લેવો. જાતજાતના મસાલાનો ત્યાગ કરવો. જો આ ભાઇ શ્રદ્ધા રાખીને ચારથી છ માસ સુધી દૂધ ઉપર રહે તો તેની શારીરિક અને માનસિક બધી ફરિયાદો દૂર થઇ જાય. તેણે જાણે નવો જ અવતાર પ્રાપ્ત કર્યો હોય એવું તેને લાગશે. દૂધના પ્રયોગ સાથે કોઇ દવાની જરૂર નથી. માત્ર કબજીયાત ન રહેવા પામે તે માટે અઠવાડિયામાં એક બે વખત એરંડીયું લઇ લેવું. બીજા જુલાબની જરૂર નથી.

દૂધ બિલકુલ મોળું લેવું. તુરતનું દોહેલું શેડકઢું ગળી ને તાજુ લઇ શકાય. મોડું થાય તેમ હોય તો દૂધ ગરમ કરી રાખવું, તે બપોરના બાર વાગ્યા સુધી કકડે કકડે લેવું. ત્યારબાદ સ્હાંજે પાંચ–છ વાગે તાજું દૂધ લેવું અને પછી ગરમ કરી, ઠારી, રાત્રિના નવ વાગ્યા સુધીમાં દૂધ લઇ લેવું.

પહેલે દિવસે બની શકે તો નકોરડો નહિતર મુસંબીનો રસ લઇને એક ઉપવાસ કરશો. બીજે દિવસથી દૂધ શરૂ કરવું. પ્રારંભમાં રોજનું બેથી અઢી શેર દૂધ લેવું. ધીમે ધીમે પાંચ–છ શેર સુધી પહોંચવું. શરૂઆતમાં એકી સાથે દોઢપાશેર અને પછી અર્ધા શેરથી વધુ ન લેવું. દૂધ ચમચી વડે મોંમાં લઇ તેને ચાવવું, અમીરસ (સેલીવા) સાથે મેળવી પેટમાં ઉતારવું.

શરૂઆતમાં સ્હેજ નબળાઇ લાગશે, થેાડું વજન ઘટી જશે, કબજીયાત જેવું લાગશે, પેટમાં ગડગડાટ થશે, કદાચ ઉલટી જેવું પણ થાય. પરંતુ તેથી હિમ્મત ન હારવી. પંદર–વીશ દિવસે અનુકૂળતા આવી જશે, લેાહી વધવા લાગશે, શરીરનેા વિકાસ થશે, વજન વધશે, લાલી આવી જશે, જ્ઞાનતંતુ પુષ્ટ થશે અને ચાર મહિનામાં તેા તેનું શરીર અને મન એટલાં મજબૂત તથા પ્રફુલ્લ બનશે કે તેને કશીયે ફરિયાદ કરવાનું રહેશે નહિ.

દૂધ બંધ કરતી વખતે પહેલે દિવસે એક ટંક કણકીની ઘેંશ સાથે દૂધ લેવું, બીજે દિવસે કણકી અને મગની દાળનું વધારેલું પાણી, પછી બે દિવસ દાળ–ભાત, ત્યારબાદ બાજરીની ચાનકી, ભાત ને દૂધ, અને એમ કરતાં અઠવાડિયામાં તમામ ખેારાક ઉપર ચડી શકાશે. આ પ્રયેાગ શરીર અને મનના કેાઇ પણ રેાગને હઠાવવાને માટે અકસીર છે.

આ ભાઇ 'રખે વહેમાતા' વાંચી જાય. તે વાંચવાથી તેના મનના કેટલાક વહેમેા ટળી જશે. તેની શારીરિક ફરિયાદેાને દૂર કરવાના નિર્દોષ ઉપાય પણ તેમાંથી મળી આવશે.

હાલમાં અભ્યાસ ભલે બંધ રાખ્યેા. છ મહિના પછી શરૂ કરવામાં હરકત નહિ આવે.

પૈસા પ્રત્યે આવેલા અભાવનું મુખ્ય કારણ આ ભાઇની હતવીર્યતા છે. નિરૂત્સાહી મન પૈસાનેા કેવી રીતે, શેા ઉપયેાગ કરવેા તેનેા વિચાર કરી શકતું નથી. પુષ્કળ ધનપ્રાપ્તિ થઇ ગયા બાદ કદાચ તેનેા અભાવ થાય એ સંભવે છે, પણ પૈસા હજી તેા મળ્યા પણ નથી ત્યાં તેના તરફ અભાવ થવેા એ તેા મનની નિર્બળતા જ સૂચવે છે. તન–મન મજબૂત બનતાંની સાથે જ ધનના ભંડારને વિશાળ અને ભરેલેા બનાવવાની ભાવના જાગૃત થશે.

આવા જુવાનેા એકાંતિકતાને વધુ પસંદ કરે છે. એથી નવરા હેાય, એકલા હેાય, એટલે મન વિચારેાના ચકડેાળે ચઢે અને વધારે

નિર્બળ બને છે. તેમણે એકલા તો રહેવું જ નહિ અને મનને કોઇ ને કોઇ કામમાં પરોવવું.

આ ભાઇને એક પ્રશ્ન પૂછવાની ઇચ્છા થાય છેઃ બાળપણમાં તેઓ પોતાના ગજા ઉપરાંત ભાઇબંધ-દોસ્તોમાં ખર્ચ કરતા ખરા ? તેમને ટાપટીપથી રહેવાનો શોખ હતો ? તેમને જોઇએ ત્યારે વાપરવાને માટે પૈસા મળી શકતા હતા ? જો એમ હોય તો એ કારણને લીધે પણ અત્યારની તેમની સ્થિતિમાં તેમને પૈસા પ્રત્યે અભાવો પેદા થાય તેમાં નવાઇ નથી. શારીરિક અને માનસિક શક્તિ વધતી જશે તેમ એ ભાવના દૂર થઇ જશે.

તેમના પત્રની સરલતા તેમને અભિમાની દર્શાવતી નથી. એ તો તેમના મનનો ખાલી વહેમ માત્ર જ છે. બાકી દરેક માણસ પોતાને બીજાના કરતાં હોંશીયાર માને તેમાં કશું ખાસ ખોટું નથી. માત્ર પોતાની એ માન્યતા જ્યાં ત્યાં જાહેરમાં દર્શાવવી ન જોઇએ.

*

(૧૬૮) એસ. ટી.–રાજકોટ

ભાઇશ્રી, તમે બીજા ગામથી કાગળ લખો છો, કવર ઉપર તે ગામની છાપ છે, જ્યારે જુદા જ ગામ અને નામથી જવાબ માગો છો. જો તમારા પિતાના હાથમાં પત્ર જાય તો તમારી ગુપ્ત ઘટના ખૂલ્લી પડી જવાનો ભય રાખો છો. એ ભયને કારણે નથી કોઇ સારા વૈદ્યની સલાહ લઇ શકતા, નથી કોઇની દવા લઇ શકતા.

તમારા ગુપ્ત દરદને મટાડવા ચાહો છો, તે માટે તમે છૂપી રીતે જાતે બનાવી શકો એવા ઔષધનો પાઠ માગો છો; પરંતુ એ દવા તમારે ઘરના માણસોની હાજરીમાં જ ખાવી પડશે તેનું કેમ ?

મારી પહેલી સલાહ તો એ છે કે તમારા દરદની તમામ હકીકત તમે તમારાં માતા-પિતાને જણાવો. જો જાતે ન કહી શકો તો કોઇ મિત્ર દ્વારા તેમના કાન ઉપર લાવો. કદાચ તમારા પિતા ઠપકો આપે, ધમકાવે કિંવા આવેશમાં આવીને તમને તાડન કરે તો તે પણ સહન કરી લ્યો.

ગમે તેમ તેાય એ તમારા પિતા છે–પુત્રવત્સલ છે. તમારે માટે તેમના હૃદયમાં મારા કરતાંયે અતેાનાત લાગણી હેાય જ. એટલે તમારૂં દરદ તેમના જાણુવામાં આવતાં તેઓ તેના ઉપાયને માટે સદ્ય માર્ગ લેશે.

એ પછી જો તમારા પિતાને યેાગ્ય લાગે તેા તેઓ તમારા દરદને લગતી તમામ હકીકત મને લખે અથવા તમને લઇને મારી પાસે આવે. તમારી તબીયત નજરે જોઇ, તપાસીને હું તમને દવા બતાવી શકીશ. તમારૂં દરદ લાંબા સમયનું હેાઇને વગર તપાસ્યે માત્ર તમારા પત્રને આધારે દવા બનાવવાથી કશેા લાભ થાય તેમ નથી.

જો તમારા ગામમાં કિંવા આસપાસના કેાઇ મેાટા શહેરમાં સારા, સમભાવી, દયાળુ વૈદ્યરાજ હેાય તેા તેમની પાસે તમારા પિતા તમને લઇ જાય અને તેમની દવા ચાલૂ કરે તેા એ પણ ખેાટું નથી.

માટે તમે તમારા મનમાંથી ભય કાઢી નાંખેા, ગુપ્તતાને દૂર કરેા. આટલું કરશેા, ખૂલ્લા દિલના બનશેા તેાય તમારૂં અર્ધું દરદ નાબૂદ થઇ જશે.

બાકી તેા તમારે લાંબેા સમય બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવાની જરૂર છે. ખેારાકમાં બને તેટલું ગાયનું દૂધ વધારે લેા, ગરમ મસાલાવાળા પદાર્થોનેા મેાહ છેાડી દેા, સાત્ત્વિક આહાર લેા.

તમે તમારૂં સાચું નામ આપી શકતા નથી, એ તમારી મુશ્કેલી સમજાય છે. મને એનેા રેાષ નથી, પરંતુ તમારે માટે દયા ઉપજે છે. ભારતવર્ષનું યુવાન ધન આવી રીતે મૂર્ખતા તથા બ્હીકણુપણામાં હરાઇ રહ્યું છે.

તમે ટપાલખર્ચમાં નકામા પૈસા ન બગાડશેા. તમારા પિતા જ તમારા સાચા સલાહકાર અને મિત્ર બને, તમને કેાઇ સદ્વૈદ્ય પાસે લઇ જાય તે જ તમારા લાભનું છે. આ પત્ર તમાર પિતા પણ વાંચે એમ ઇચ્છું છું.

*

(૧૬૯) જીજ્ઞાસુ-વાગરા

'તમારા ઘરમાં ઉંદર, મંકોડા, અને કીડીઓનો ઘણો ત્રાસ છે. તો તે દૂર કરવા માટે શા ઉપાયો લેવા તે 'બહુરૂપી' માં જાહેર કરવા મહેરબાની કરશો.'

આવી નજીવી બાબતને માટે પણ પોતાનું નામ જાહેરમાં લાવતાં આ ભાઇને સંકોચ થાય છે. એક વૈદ્યને આવો પ્રશ્ન પૂછવાની શી જરૂર? એમ તો ઘણાંય ઘરોમાં ઉંદરો દોડાદોડી કરે છે, ઉનાળામાં કીડીઓ અને ચોમાસામાં મંકોડા ઉભરાય છે. આપણે જે કાંઇ કમાઇએ છીએ તેમાં કીડી, મંકોડી, ઉંદર આદિ સર્વ પ્રાણીઓનો ભાગ છે. જો તેઓ તમને કશી હરકત ન કરતાં હોય તો ભલેને ઘરમાં ફરતાં!

બાકી કીડીઓ થતી હોય ત્યાં ગૌમૂત્ર છાંટો, ઓછી થઇને અદ્દશ્ય થઇ જશે. મંકોડાને માટે રાખ કિંવા ફિનાઇલનો પાઉડર આવે છે તે નિયમિત છાંટવાનું રાખશો તો ઉભરાતા બંધ થઇ જશે.

ઉંદરનો નાશ કરવાની દવા આવતી હશે પણ તેનો ઉપયોગ કરવાથી ઉંદરનો અંત નહિ આવે અમુકનો નાશ કરશો તો બહારથી બીજા આવશે.

ઉંદરને દૂર કરવા માટે સારો ઉપાય ,ઘરમાં ઉંદરીયું રાખી, ઉંદરોને પકડી ગામથી દૂર લઇ જઇ છોડી આવવાનો છે. તે ઉપરાંત રાત્રે ઘરમાં દીવો રાખવો. અજવાળામાં ઉંદરો ઓછા આવે છે. જો તમે સાવચેત રહેશો તો ઉંદરો આવતા ઓછા થઇ જશે અને તમારા મકાનમાં પગ મૂકવાનું જ પસંદ નહિ કરે.

બીજો ઉપાય તમારા મકાનની રચના નવેસરથી કરવાનો છે. પણ એ તો કદાચ ખર્ચાળ થઇ પડે. જો સીમેન્ટની દીવાલો અને જમીન પર લાદીવાળું સરસ મકાન બંધાવી શકો તો ઉંદર, મંકાડા કે કીડી આવી જ શકે નહિ.

*

(૧૭૦) રમેશ—પુના

તમારા પત્રની મતલબ આ પ્રમાણે છે : બે માસ પહેલાં એક વેશ્યા સાથે સમાગમ કરવાથી તમને ગુપ્ત ભાગ ઉપર ચાંદી થઇ. એક મિત્રના કહેવાથી કપુર, મોરથુથુ, ફટકડીના પાણીથી રોજ ધોવાથી પાંચ–છ દિવસે મટી ગઇ. પરંતુ દર આઠ—પંદર દિવસે ફરી ફરીથી થાય છે.

ભાઇશ્રી, તમે તમારા દોષનો સ્વીકાર કરો છો તે માટે તમને ધન્યવાદ. તમારૂં દરદ મૂળમાંથી ગયું નથી. તમને લાગેલો ચેપ શરીરની અંદર ઘર કરતો જાય છે. તે માત્ર બાહ્યોપચારથી ન મટે, અને આવા ગંભીર દરદને દૂર કરવા માટે પત્રો દ્વારા પુછાવવું તે પણ યોગ્ય નથી. તમે મારા તરફથી પ્રકટ થયેલું 'રખે વહેમાતા' મેળવીને વાંચી જાઓ. પુનામાં એ. એચ. વ્હીલરના રેલ્વે બુકસ્ટોલ પરથી મળી શકશે. કિંવા કોઇ મિત્ર પાસે હોય તો તેમની પાસેથી મેળવી લો. તેમાં આ વિષયને માટે ખાસ પ્રકરણ આપ્યું છે, દરદનું કારણ તથા ઔષધ આદિની પૂરી માહિતી મળી રહેશે. તેમાં દર્શાવેલો ઉપચાર કરો જરૂર મટી જશે. પરહેજ પૂરી જાળવવી જોઇશે.

કોઈ સારા વૈદ્યની સાનિધ્યમાં આવા ગંભીર દરદની દવા કરવી જોઇએ. કેવળ જાહેર ખબર ઉપરથી દવા મંગાવીને તે લેવાથી લાભ નહિ થાય. જ્યાંસુધી આ દરદ પૂર્ણપણે નાબુદ ન થાય ત્યાંસુધી બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લ્યો, એથી કાયમનો અને જલ્દી લાભ થશે.

*

(૧૭૧) નિરાશ—મુંબઈ

ભાઈશ્રી, તમારો પત્ર નીચે આપું છું :

'હું ઘણો જ દુર્બળ છું. ખરાબ સોબતને લઈને મને બીડીનું વ્યસન પડી ગયું છે. હાલ તે છોડવા ઘણી મહેનત કરૂં છું પણ છુટતું નથી. બીડીને લઈ ખાંસી તથા કફ અને પિત્તનો ઉદ્ભવ રહે છે.

'મારી ઉમર ૨૩ વરસની, ઉંચાઈ ૫ ફીટ, ૭ ઈંચ છે. પણ બાંધો સુકલકડી અને વજન ઘણું ઓછું–૧૧૫ રતલ છે. મારી ઈચ્છા વજન વધારવાની, શરીરને ભરાવદાર બનાવવાની અને ગાલોમાં જે ખાડા પડી ગયા છે તે મટાડવાની છે.

'મને ઘડીએ ઘડીએ પેશાબની હાજત થઈ આવે છે. વરસ દહાડા પહેલાં પેશાબમાં સાકર તથા આલ્બ્યુમેન જતું હતું. હમણાં તે જતું નથી. તો હજી શા કારણે બહુમૂત્રતાનો રોગ છે?

'કોઈ કોઈ વખત હાથપગ ધ્રૂજે છે, કાઈ કામમાં મન બેસતું નથી, અરૂચી થાય છે, નિયમસર ઝાડો આવતો જ નથી, સમાગમ પૂર્ણ થતા પહેલાં જ વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે. સમાગમ પછી પેશાબ કરવો પડે છે. આટલી બધી બિમારીઓએ મારા શરીરમાં ઘર કર્યું છે. બધા મને 'સુકલકડી' કહી ચીડવે છે. મારે તેમને બતાવવું છે કે હું જો મનમાં લઉં તો એક 'સેન્ડો' થઈ શકું. સ્હાંજના હું દોઢ માઈલ ચાલું છું, છતાં રૂચી થતી નથી. ચાહ પણ સ્હવારે, બપોરે, સ્હાંજે ત્રણ વખત જ પીઉં છું. જો ઉપાય બતાવશો તો મહેરબાની થશે.'

ભાઈ નિરાશ! તમારો આખોય પત્ર વાંચ્યા પછી કોઈ પણ એમ કહે કે તમે માનસિક દરદથી પીડાઓ છો તેમાં કશું પણ ખોટું નથી. તમે 'નિરાશ' શા માટે બની ગયા છો? તમને ખાસ કોઈ એવું દરદ જ નથી.

તમારી ઉંમરના પ્રમાણમાં તમારૂં વજન ૧૧૫ રતલ ઓછું ગણાય ખરૂં, પરંતુ આપણા દેશના માનવીઓની શરીરસંપત્તિના પ્રમાણમાં એ કાંઇ બહુ ઓછું તો નથી જ. જો તમારૂં વજન ૧૪-૧૫ રતલ વધી જાય તો પછી કાંઇ હરકત નહિ.

તમને બહુમૂત્રતાનું દરદ નથી. તમારા જ્ઞાનતંતુ નબળાં પડી ગયાં છે, વીર્યહીનતા છે, એથી મૂત્રાશય મૂત્રને કાબૂમાં રાખી શકતું નથી. એટલે અવારનવાર તેની હાજત થાય છે.

તમારે બીડી અને ચહાની લત તદ્દન છોડી દેવી જોઇએ. ચહા શું અને કેવું નુકસાન કરે છે એ તમે નથી જાણતા. તમે લખો છો કે તમે માત્ર ત્રણ વખત જ ચહા પીઓ છો. એ 'ત્રણ વખત'નો તમારે મન હિસાબ નથી. પરંતુ ચહા જો એક વખત પીઓ તોય તમને તે નુકસાન કરવાનો છે.

તેની અંદર 'ટેનીન' નામનું દ્રવ્ય આવે છે. તમે જાણો છો? ટેનીક એસીડ એ નામનું દ્રવ્ય ચામડાં કેળવવામાં ઉપયોગમાં લેવાય છે. ચામડાં ગમે તેટલાં ખડબચડાં હોય તો પણ 'ટેનીક એસીડ'થી તે સીધાં સપાટ અને સુવાળાં મુલાયમ બની જાય છે.

એ ટેનીક એસીડમાં ટેનીન રહેલું છે તેનો જ ગુણ છે.

ત્યારે હવે ચહા તમારી જઠરમાં જઇને શી ક્રિયા કરે છે? જઠર રબરના દડા જેવી છે. તેનું સતત હલનચલન થયા જ કરે છે. જીભ ઉપર જેવી કરકરી છે, તેવી જઠરની અંદરના ભાગમાં ચામડી કરકરીવાળી હોય છે. તેની વચ્ચે જે કાંઇ ખોરાક અર્ધોપર્ધો ચવાયેલો પડે છે તે જઠરમાં થતી હલનચલનની ક્રિયાથી વલોવાય છે, ચામડીની કરકરી સાથે ઘસાય છે અને તે ખોરાકનો બારીક રસ થાય છે. એ પ્રમાણે બરાબર રસ થયા પછી તેનું રક્ત, માંસ,

મજ્જા, મેદ, અસ્થિ અને વીર્યમાં પરિવર્તન થાય છે. અર્થાત્ પાચનક્રિયાને માટે જઠરનો ભાગ કરકરો હોવો જ જોઇએ. જો એ ભાગ ઘસાઇ જાય, સુંવાળો બની જાય તો તેની સાથે ઘસાતો ખોરાક બારીક ન બને, જેની તે સ્થિતિમાં રહે, તેનો રસ ન થાય અને કચરા રૂપે મળ તરીકે આંતરડામાં ભરાય, ત્યાં ચોટી રહે, કબજીયાત થાય, પવન રોકાય, પરિણામે જઠર સાથે જોડાયેલાં તંતુઓ નબળાં પડે. પવન વધવાથી હૃદયને ધક્કો લાગે, હૃદયના ધબકારા વધે, આવા અનેક ઉપદ્રવો એક નજીવા દેખાતા કારણથી બને છે.

હવે ચહાની અંદર રહેલું ટેનીન પેટમાં જઇ કરકરીયાવાળા ભાગને સીધો સપાટ, સુંવાળો અને મુલાયમ બનાવી દે છે. એટલે જ આપણે કહીએ છીએ કે ચહા પાચનશક્તિને મંદ કરે છે. ચહામાં મોટામાં મોટો દુર્ગુણ એ છે.

અને તમાકુઃ તમે બીડી પીઓ છો. એની તમાકુમાં નિકોટાઇન છે. નિકોટાઇન શું કરે છે એ તમે જાણો છો? તે શરીરની અંદર જતાં આપણા દેહમાં જે ગ્રંથીઓ છે તેની અંદરના પાચક રસને એકદમ બહાર લાવે છે. અટલે શરૂઆતમાં બીડી પીનાર, તમાકુ ખાનાર કે સુંઘનારને જાણે સ્ફુર્તિ, શક્તિ અને ભૂખ જેવું લાગે છે. એથી જ જમ્યા પછી પાચન થતું ન હોય તો કેટલાક લોકો તમાકુ પીવા કે ખાવાની ભલામણ કરે છે.

પરંતુ એ પાચક રસને કુદરતી નહિ, કૃત્રિમ, રીતે ગ્રંથીઓમાંથી ખેંચવામાં આવે છે. એ તો દોડતા ઘોડાને થાક લાગે ત્યારે ચાબૂક મારીને ઉત્તેજન આપવા જેવું છે. એક ઘોડો દોડે છે, દોડતાં દોડતાં થાકે છે એટલે ગાડીવાન તેને ચાબૂક ઝાપટે છે. એથી ઘોડો જોરથી દોડે છે, પુનઃ થાકે છે, ફરીથી ચાબૂક ઝાપટે છે અને ઘોડો વધ

જોર કરે છે. પરંતુ એથી છેવટે તો તે એટલો બધો થાકી જવાનો છે કે પછી તે એક ડગલું પણ ભરી શકવાનો નહિ.

અર્થાત્ ચાબુક લગાવવાને લીધે દોડવાથી થાકેલા ઘોડામાં શક્તિ નહિ પણ ઉત્તેજના આવે છે. જો તેનામાં સાચી શક્તિ લાવવી હોય તો તેને આરામ આપવો જોઇએ. આરામ મળતાં થાક ઉતરી જાય, શક્તિ આવે અને તે પુનઃ તાજોમાજો બની જાય.

તમાકુનું પણ એવું જ છે. ખોરાકને પાચન કરવા કે સ્ફુર્તિ લાવવા માટે તમાકુ પીનારા, ખાનારા કે ઘસનારાઓ ખરો મુદ્દો સમજતા નહિ હોવાથી વ્યસનના ભોગ બની તન-મનની ભારે ખુવારી કરે છે.

તમારા જેવા માણસો માટે તો એક મજબુત જેલ ઉભી કરવી જોઇએ. તે જેલમાં તમને રાખવા જોઇએ. ત્યાં તમાકુ, ચહા આદિ કશું પણ તમને મળી શકે નહિ. બે કે ત્રણ વખત સારો પાચક ખોરાક મળે અને શરીર કસાય તેવું કામ કરવાનું હોય. એટલું થતાં તમારી તમામ ફરિયાદો દૂર થઇ જાય, પાચન શક્તિ વધે, કબજીયાત દૂર થાય, શરીય કસાય, લોહી ભરાય, વજન વધે અને તમે 'સુકલકડી' રહેવાને બદલે તાજામાજા પહેલવાન જેવા બની જાઓ.

એવી જ સ્થિતિ જો તમે સ્વેચ્છાપૂર્વક સ્વીકારો તો ચાર-છ માસમાં તમને ચીડવનારને બતાવી શકો કે તમે કેવા પહેલવાન બની ગયા છો ! બાકી તમાકુ તથા ચહા કે ગમે તે વ્યસનથી મુક્તિ મેળવવાને માટે મનોનિગ્રહ તથા દૃઢ આગ્રહ સિવાય બીજી કોઇ વસ્તુ નથી. તમારી ઇચ્છા જો હોય તો તમે આ માર્ગ લઇ શકો છો. બાકી જ્યાં ત્યાં તમારૂં માનસિક દુઃખ ગાયા જ કરવું અને કશો ઉપાય કરવો નહિ એનો જરીકે અર્થ નથી. તમારા જેવા જુવાનને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર ન જ હોય.

*

(૧૭૨)–હેમેન્દ્ર દેશાઈ

પધારો બિરાદર ! તમને અંતઃકરણપૂર્વક આવકારું છું. એ માટે કે તમે મારાં લખાણોમાંથી ખામીઓ શોધીને પત્ર દ્વારા આગળ ધરી છે. વાહ, વાહ, ધન્યવાદ અને આભારોથી ભરેલા પત્રો અનેક આવે છે અને એ મને પ્રિય પણ હોય; કારણ કે હું એક મનુષ્ય છું. પ્રશંસા કોને પ્રિય હોતી નથી?

છતાં મારા દોષો દર્શાવનારને હું અળખામણા નથી ગણતો. સુવર્ણ મનોરમ્ય દાગીના રૂપે ત્યારે જ બને છે કે જ્યારે અગ્નિની આંચ સહી એરણના માર સહી, અતરડાના વેધમાંથી પસાર થઇ એ સોનું બારીક અને સોવલ્લું બને છે.

ઠીક, આપે મીઠી ટીકા કરીને આ પ્રમાણે લખ્યું છે : 'બહુરૂપી' હું તેનો ગ્રાહક હોવાથી નિયમિત આવે છે, તેમાં તન્નુર ને તણખા, તમારા લેખો તથા બીજા ચિંતનાત્મક લેખો ઉપર આંખ ફેરવી જવાની મને માંડ નવરાશ મળે છે. ઉડતી નજરે કહું ? તમારા લખાણુમાં કેટલુંક ઉપયોગી છે, થોડુંક મૌલિક પણ છે જ. પણ તમારાથી આત્મશ્લાઘા થઇ જતી હોય એમ મને લાગે છે. કોઇ વાર કોઇનો દુઃખદ પત્ર આવતાં તમે લાંબા નિસાસા લ્યો છો, સુખદ સમાચારથી તે ભાઇ–બહેનને તમે શાબાસી આપવા લાગો છો, જ્યારે તેને શું કરવું જોઇએ તે કેટલીક વાર બહુ થોડામાં કહી ઘો છો. કોઇ વાર વિષયાંતર થતું પણ જોઉં છું. આ તો મારો ઝડપી અભિપ્રાય કદાચ જુઠો પણ હોય અને ઉંડી દૃષ્ટિએ ન વાંચતો હોવાથી ભ્રમ પણ હોય.

ભાઇશ્રી, મારા લખાણની ઉપયોગિતા અને મૌલિકતા વિષે મારે કશું કહેવાનું નથી. તે તો આપને જે લાગે તે ઠીક જ છે. કારણ કે એ જરા પ્રશંસાના પાસામાં જતાં વાકયો છે.

આત્મશ્લાઘા જેવું આપને જ્યાં લાગે છે, ત્યાં મારો ધંધાદારી અનુભવ હોય છે અથવા કેવળ સત્ય બનેલી ઘટના હોય છે. કારણ

કે હું વૈદક વિષયનો લેખક છું અને મારી માન્યતા હમેશ માટે એવી છે કે જો હું મારો અનુભવ એ વિષયની સાથે રજુ ન કરૂં તો મારી મૌલિકતા મારી જઇને એ વિષય કેવળ શાસ્ત્રીય–ગહન શાસ્ત્રીય બની જાય. એટલે મારા હાથે જે કેસો સારા થયા હોય અથવા જેમાં હું ફળિભૂત થયો હોઉં તેવા દાખલામાં આપને આત્મશ્લાઘા જેવું લાગતું હશે. જો કે કેટલાક લેખોમાં મેં મારી ઉણપ અને અણઆવડત પણ સ્વીકારી છે. 'રખે વહેમાતા' જો આપે પૂરૂં વાંચેલ હશે તો આપના ખ્યાલ બહાર નહિ હોય કે હું સામાન્ય રીતે શિક્ષિત અને અનુભવી વૈદ્ય હોવા છતાં એક કોળી અને એક ભીલ જેવા જંગલના વૈદ્યો મને અજબ જણાયેલા અને તેમની સામે મારો પરાજય મેં સ્વીકાર્યો છે. હું સર્વજ્ઞ નથી, છતાં વૈદક વિષયનો અનુભવી તો છું જ.

એમ તો એક ભાઇએ કસ્તુરી માટે પૂછેલું અને મેં લખી નાંખેલું કે કસ્તુરીનાં ઝાડ થતાં નથી પણ એ પ્રાણીજ ઔષધ છે. જુનાગઢના એક વયોવૃદ્ધ વિદ્વાન અને વિજ્ઞાનમાં રસ ધરાવનાર નાગર ગૃહસ્થ શ્રી. પુંજાભાઇ જાદવરાય વસાવડાએ તે વાંચ્યા પછી 'બહુરૂપી'ના તંત્રી મારફત મારી ભૂલ બતાવેલી. તે હું સ્વીકારૂં છું. કારણ કે કસ્તુરી વનસ્પતિ પણ છે અને તેને લતાકસ્તુરી કહેવામાં આવે છે. તેનો ગુણ કસ્તુરીને મળતો છે અને ખુશબો પણ મળતી જ છે. તેના છોડ પર ભીંડા જેવાં ફળમાં બીયાં થાય છે. તે ચાવવાથી કસ્તુરીની ફોરમ આવે છે. માત્ર પ્રાણીજ કસ્તુરી કરતાં તેનું પ્રમાણ અનેકગણું જોઇએ અને ગુણ ઓછો હોય છે. છતાં કસ્તુરીનાં ઝાડ થાય છે, એમ જરૂર કહી શકાય. એ બાબત અગાઉ મારા સ્મરણ બહાર રહેલી તે હું સ્વીકારૂં છું.

જુઓ, હું તમને જવાબ આપું છું ત્યાં આ વાત વચ્ચે લાવી મેં વિષયાંતર કર્યો ગણાય. પણ મારો સ્વભાવ જ 'દાળ ભેગું ઢોકળું" ઓડવવાનો છે. એટલે મારી રીતે હું લખું છું. રોટલી દાળ હમેશાં જમનારને આ દાળ ઢોકળી પસંદ પડે છે. જમનાર જમે

છે અને હું પીરસે રાખું છું. એ વિષયાંતરને પણ આપ એક મૌલિકતાની કૃતિ કેમ નથી માની લેતા? આવા વિષયાંતર મારાથી થતા જ રહેવાના. કારણ કે એ હું જાણીને જ કરૂં છું. એટલે વિષયાંતર થઇ જતા નથી, પણ હું જ કરૂં છું.

ત્રીજું મારા નિસાસા અને બિરદાવવું—અર્થસૂચક હોય છે, એ આપ પણ સારી રીતે સમજતાં હશો. એક અધોગતિ તરફ જનાર યુવક કે યુવતીનાં કૃત્યો માટે મારાથી નિસાસો સહેજે નંખાઇ જાય છે, અને તેની સાથે મારા હૃદયમાં રહેલી લાગણી હું વ્યક્ત કરૂં છું કે વિપથમાર્ગે જતા પ્રાણી! આ કાર્ય તારે માટે દુ:ખદ છે. એ તને અધોમાર્ગે લઇ જનાર છે. એ માર્ગને હું સમજું છું કે તે કેટલો વિકરાળ અને ભયાવહ છે. ત્યાં જઇ દુ:ખમાં રીબાતા અનેક પામરની કારમી કીકીયારીઓ રોજ-બ-રોજ કાને આવતી હું સાંભળું છું અને તેથી નિસાસો આવી જાય છે. બાળક બારીએ ઉભું હોય, વડીલ રૂમમાં હોય, અચાનક બારીએથી જમીન ઉપર જ્યારે બાળક પટકાઇ પડે ત્યારે એ જોનાર વડીલ વિવેક સાચવી નથી શકતો, પણ ચીચીયારી પાડી ઉઠે છે. કારણ કે બાળક પોતાનું છે અને તે પડી ગયું એ માટે.

સત્કાર્ય કરનારને-સીધે રસ્તે જનારને શાબાસી આપવી જ જોઇએ. એ પણ જગતની રીત છે. કોલેજમાં પાસ થયા પછી એકાદ પુંછડું વળગાડવામાં આવે છે તે પણ પ્રશંસા તો છે જ ને? ભલે એનું રૂપ નિરાળું હશે.

હવે આપના પ્રશ્નોનો ઉત્તર આપું :

પહેલો પ્રશ્ન સહશિક્ષણને લગતો છે. આપ આપનાં ભાવી પત્ની સાથે શિક્ષણ લઇ રહ્યા છો. હવે લગ્ન થવાનાં છે, પરંતુ ચાહો છો કે લગ્ન મોડાં થાય. અત્યારના જીવનમાં પણ શરીરસ્પર્શથી તમો દૂર રહો છો અને લગ્ન પછી જાતીયજીવન સંબંધે પૂછો છો.

બન્નેમાં સંપૂર્ણ મનોબળ હોય, હૃદયથી એકબીજાથી દૂર ન હો, પરંતુ શરીરને સંબંધમાં ન આવવા દેવું એ વધારે ઇચ્છનીય

છે. શરીરના સ્પર્શે કેટલીક વખત મનની અંદર રહેલી આદર્શ ભાવનાઓને પાંગળી બનાવી આપી છે અને તેથી વિદ્યુત સતેજ બની જાય છે. તમારા જેવા મનોબળ કેળવેલાં યુવક યુવતીઓ સહશિક્ષણ લેતાં હોય છે તો બિગાડાનો ઓછો સંભવ રહે છે. પરંતુ યુવાનીના સમયમાં સાથે રહીને મન ઉપર આવી જાતનો કાબૂ રાખનાર યુવાનો ઘણા ઓછો નિકળે અને એથી જ યુવક અને યુવતી સાથે શિક્ષણ લે તે સામાન્ય રીતે ઠીક નથી લાગતું.

બીજા પ્રશ્નનો ભાવાર્થ એ છે કે સંજોગવશાત લગ્ન થઇ જાય તો પછી લગ્નની મધુરજની (જાતીય સંબંધ) સાધવી જ જોઇએ શું? આપણા સમાજનો નિયમ તો એવો જ છે. અને જૂનો સમાજ લગ્નની પહેલી રાત્રિથી જ પતિ–પત્નીને એકાંત આપે છે. છતાં કોઇ ઉદ્દેશની ભાવનાવાળાં દંપતી જાતીય સંબંધ ન ભોગવે તો એથી કોઇ અપરાધ થતો નથી. પરંતુ એક બાબત લક્ષ ઉપર જરૂર હોવી જોઇએ કે સામું પાત્ર પોતાની સાથે વિચારમાં સહમત છે, તે પોતાના સાચા દિલથી છે કે કેવળ પતિના દિલની આડે નહિ આવવા માટે પ્રયત્ન કરે છે.

નહિ તો આવા હઠાગ્રહો દિલની નજીકતાને દૂર મૂકી દે છે અને ધીમે ધીમે તેમાંથી અસંતોષ તથા ઉદાસીનતા રૂપી ફળો પેદા થાય છે. સાચા દિલની પરીક્ષા પૂછવાથી નથી માપી શકાતી. અમુક ક્રિયા-માંની માદકતા જ તેનું માપ કાઢી શકે છે. તમારા જેવા બુદ્ધિમાન આ માપ ન ભૂલે તો સારૂં. તમારાં ભાવી પત્નીને પણ આ પ્રશ્નો-ત્તર વંચાવો અને તેમનો નિખાલસ અંતરનો અભિપ્રાય માગો.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે છોકરીઓમાં આર્તવ દેખાવાનો સમય અને તેના નિયમપાલનનો. આપણી આબોહવા પ્રમાણે તો ૧૩ અને ૧૫ વર્ષના ગાળામાં છોકરીઓ ઋતુમતી થાય છે જ. અમુક રોગો અથવા શરી-રની અપૂર્ણ ખીલાવટ રૂપી અપવાદને બાદ કરીએ તો પંદર વર્ષ વીતાવેલી કોઇક છોકરી જ ઋતુમતી નહિ થતી હોય. છતાં આપ

કહો છો કે કૉલેજમાં આવતી યુવાન કન્યાઓ મહિને મહિને જો ઋતુમતી થતી હોય તો પછી એ શા માટે ગેરહાજર નથી રહેતી?

સોળ, સતર કે વીશ વરસની કન્યા અભ્યાસ કરતી હોય એટલે એને કાળધર્મ કાંઇ થોડો જ છોડી દે છે? મારૂં તો માનવું છે કે આવી કન્યાઓ કદાચ વહેલી ઋતુમતી થાય છે. પરંતુ માસિક ધર્મના નિયમો એ પાળતી નથી, એટલે કે આપણી આર્ય નીતિ-રીતિની એને બહુ પરવા નથી. માત્ર એ ઋતુમતી હોવાનાં બહારનાં ચિહ્નોને નરી આંખે જણાવા નથી દેતી. એટલી આવડત એને પુરતી છે. આજે તો ચડ્ડીઓ અને લંગોટની અવનવી રીતો એના શરીર-ધર્મને છુપાવવાનાં સરસ સાધનો છે. અને ઋતુમતીને અડકવાથી અભડાવાની બીક તો અસ્પૃશ્યતાનિવારણ યજ્ઞની સાથે વહેલી બળીને ખાખ થઇ ગઇ છે. છતાંયે આયુર્વેદના ઋતુમતીના ધર્મને ઉવેખીને આ કન્યાઓ સુખી થતી હોય એમ નથી જોયું. શરીરધર્મ એવો ડરપોક નથી કે કૉલેજની કન્યાથી ડરીને શરીર ઉપર પોતાને જે અસર નિપજાવવી હોય તેને બંધ રાખે!

*

(૧૭૩) ઇન્દુમતી બેન–અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો, બહેન! તમારાં આંસુ હું લુછી શકું એમ તમને લાગે છે તો મારે લુછવાં જ જોઇએ, જગદંબે!

'બહુરૂપી'ના અગાઉનાં સરસ્વતી બહેન જેવો જ તમારો પ્રશ્ન છે ના! પતિની નપુંસક હાલત તમારા દિલને દર્દ કરી રહી છે. તે દુઃખ ન સહેવાય, ન કહેવાય તેવું જ છે.

તે માટે સરસ્વતી બહેનને એમના પતિ માટે પ્રથમ શીતવીર્ય દવાઓ અને પછી કામોત્તેજક દવાઓ બતાવેલી તે પ્રમાણે બનાવો. એ દવાઓ મારે ત્યાં દર્દીને માટે વપરાય છે. હું જે જે પ્રયોગો

બતાવું છું તે મારે ત્યાં વપરાયેલા અને અનુભવે સિદ્ધ નીવડેલા હોય છે. તેની કીંમત વગેરે માટે સીધો પત્ર–વહેવાર કરવો જોઇએ, બહેન.

બીજું આપના બાલની ફરિયાદ છે. હરેક સ્ત્રીઓનાં બાલની લંબાઇ એક સરખી નથી હોતી. શરીરની જાતિયતા અને એની સાચી માવજત બાલને લાંબા, કોમળ અને કાળાશવાળા રાખી શકે. એ માટે ' પુત્રદા ને પારણું'માં બાલનો વિષય ખૂબ છુટથી ચર્ચ્યો છે અને ઉપાયો પણ બહુ મજાના બતાવ્યા છે તે આપ વાંચી લેશો.

*

(૧૭૪) ભરૂચના એક ભાઇ

એક છોકરો બાર વરસનો છે. તેને ગ્યાસલેટ સુંઘવાની ટેવ પડી ગયાનું જણાવે છે. એની એ ટેવ કહો કે વ્યસન, એટલું બધું સખત બની ગયું છે કે છોકરો ચોરીછૂપીથી પણ ગ્યાસલેટ સુંઘે છે. ઘરમાં ગ્યાસલેટ તાળામાં રાખવામાં આવે છે તો પાડોશીઓને ત્યાં જઇને પણ સુંઘે છે. ત્યાં નહિ મળતાં ઘેર ઘેર તપાસ કરીને ગ્યાસલેટની શોધ કરીને પણ પોતાની તૃપ્તિ પૂરી કરે છે. છેવટે છુટક વેચતા ગ્યાસલેટના વેપારીને ત્યાં પણ પહોંચી જાય છે અને પોતાની ઇચ્છાને પૂરી કરે છે. હવે તો એની આંખો પણ લાલ રહેવા લાગી છે અને મગજની અશાંતિ જણાય છે, છતાં તે ગ્યાસલેટ છોડતો નથી.

માનવીઓના સ્વભાવની આ ખૂબી છે. ચિત્ત અને ઇંદ્રિયોને એક રસ્તે વહેતી મૂક્યા પછી એની અંદર એ કેટલો મસ્ત બને છે?

પ્રથમ તો આ છોકરાને ગ્યાસલેટ ઉપર કેમ દિલ્લગી થઇ ગઇ એ પણ એક વિચારવા જેવી બાબત છે. એમ તો હું એક અફીણના વેપારીને ઓળખું છું. એ ઘણાં વર્ષથી અફીણના ઇજારદાર હતા. પ્રથમ તો તેઓ પોતાને ત્યાં આવતું અફીણ સારૂં નરસું

જોવા માટે સુંઘવા લાગ્યા. રોજનો એમનો વેપાર, એટલે જ્યારે અફીણ તોળી આપે ત્યારે એ સુંઘે, છેવટે અફીણ પકડેલી આંગળીઓ સુંઘે અને એમ કરતાં એમને અફીણ સુંઘવાનું વ્યસન થઇ પડયું. દહાડામાં દશ બાર વખત કે એથી પણ વધુ વખત અફીણ સુંઘે ત્યારે જ એમના દિલને શાંતિ મળે. પછી તો એક સમય એવો આવ્યો કે એમનો ઇજારો ચાલ્યો ગયો અને એમને કાપડનો ધંધો કરવાનો થયો. પણ એમનું અફીણ સુંઘવાનું વ્યસન ન છુટયું. બિચારા એ આનીભારની ગોળી એક ડબીમાં રાખે અને જ્યારે એમને સુંઘવાની તલપ જાગે ત્યારે એ ડબીમાં છુપાવેલ અફીણરૂપી સાપને બહાર કાઢી નાક ઉપર ધરી લે. આમ કેટલાય વરસ એમનું ચાલ્યું અને એ દેવલોકમાં પધાર્યા! એમની માંદગી વખતે પણ એ અફીણની મૂર્તિને પથારીમાં જ રાખતા! એમનું જ્યાં હશે ત્યાં શું થશે? એમની પાછળ સજ્જામાં એ અફીણની ડબી મૂકી હોય તો સારૂં કે તેમને પરલોકમાં તકલીફ ન પડે!

આ બાળકને પણ એવી કોઇ ધન્ય પળે ગ્યાસલેટની બદબો કે ખુશબો પ્યારી થઇ પડી અને પછી એણે ઘ્રાણેન્દ્રિયને પોષી. પછી તો એ એક વ્યસન થયું ને આગળ ચાલ્યું. હવે તો એ જીવ સાટે ગ્યાસલેટ જ પસંદ કરવાનો. એને માટે તો પૂરતી તકેદારી રાખવી જોઇએ અને ગાયનું ઘી તો. ૧૦, જુઇનાં પાતરાં તો. ૨॥, સુખડનું તેલ ટીપાં ૧૦૦. પ્રથમ ગાયના ઘીમાં જુઇનાં પાતરાં નાંખી, ગરમ કરી પાંતરાં લાલ થાય એટલે નીચે ઉતારી તેમાં સુખડનું તેલ મેળવી દરરોજ સવાર સાંજ સુવારીને બબે ટીપાં નાકમાં મૂકો, બે મહિના બરાબર કાળજી રાખો અને ગ્યાસલેટ પાસે ન જવા દો. ઘરમાં ગ્યાસલેટના દીવાને બદલે એરંડીયાના દીવા ચાલુ કરો તો એનું વ્યસન છુટી જશે, મગજ અને આંખો ઉપર થયેલી અસર નાબૂદ થશે. બદામનો શીરો દરરોજ પાંચ તોલા ખાવા આપવો જોઇએ.

*

(૧૭૫) એક બાળકના પિતા—વઢવાણ

ચાર વરસનો બાળક ચાલવા શીખેલો, પરંતુ બે મહિના પહેલાં તાવ આવેલો ત્યારથી ચાલવું બંધ કરી દીધું, પગ જ નથી માંડતો. તેનો ઉપાય પૂછો છો. વારૂ બાળકને તાવ પછી અથવા તાવમાં જ એક પ્રકારનો મંદ લકવા થઇ જવા પામ્યો છે અને સાધારણ પગ જૂઠા થયા છે. પણ એથી ગભરાવાની કોઇ જરૂર નથી. આવા ઘણાં બાળકોના કેસ મેં જોયા છે અને તે સારા પણ થઇ જાય છે. નીચેનો ઉપાય કરો: આહુન તો. ૨ાા, ચોપચીની તો. ૨ાા, રાસ્ના તો. ૨ાા.

આ ત્રણે વસ્તુને ખાંડી નાંખી દરરોજ સવારમાં તેમાંથી પાવલીભાર લઇને અઢી રૂપીઆભાર દુધમાં ઉકાળી ખીર જેવું બનાવી પાઇ દો. આ ખીર કરતી વખતે તેમાં બેઆની ભાર આદુનો આખો કકડો નાંખો તો વધુ ગુણકારી થશે. માત્ર એ ઉકળીને તૈયાર થાય એટલે આદુનો કકડો તેમાંથી કાઢી લઇને પછી ખીર પાઓ.

સાંજે લઘુ યોગરાજ ગુગળની ૧ ગોળી એરંડાના મૂળના ઘસારા સાથે પાઇ દો.

પગ ઉપર અને કેડ ઉપર ઘેટીનું ઘી તો. ૧૦, કેજ્યુપુટી તેલ તો. ૧, માલકાંકણી તેલ તો. ૧.

ત્રણે મેળવી દરરોજ ધીમા હાથે ઘસો. આખા પગ ઉપર અને કેડના પાછળના તથા સાંધાના ભાગ ઉપર ઘસો. દર ત્રીજે દિવસે અરધા ભાર એરંડીયું તેલ ગંઠોડાના ઉકાળા સાથે આપો, બરાબર એક મહિનો કરો. છોકરો ચાલવા લાગશે. તેને લાડ કરીને ગાંઠીયા અને પેડા કે ચેવડો ખવરાવશો નહિ, ભાઇ!

*

(૧૭૬) સ્ટુડંટ—મુંબઇ

આપનો પત્ર મળ્યો. આપ મારો આભાર માનો છો, પણ હું તો તમને ઠીક નહિ લખું. કારણ કે તમારા મિત્રના નામે તમે પોતાની જ હકીકત લખી રહ્યા છો, એટલું તો લાખો માણસોના સંપર્કમાં આવી ગયા પછી મને જે માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ થયો છે, એથી હું કહી શકું છું.

કુટેવ તો માણસ છોડવા ધારે તો છુટે. ઇશ્વર કે હું ગમે તેવી મહેર કરીએ તો પણ એથી કાંઇ કુટેવ છુટતી નથી. બિરાદર! કુટેવથી નીપજતાં ભયંકર પરિણામો, ઘટી જતી માણસાઇ, આવી જતું નપુંસકપણું અને પરિણામે ઉપજતો ક્ષય—આવું જાણવા છતાં પણ નિર્બળ માનસના માણસો દીવો લઇ કુવે પડવા જાય તેને શું કહેવું?

પ્રથમ તો એ કુટેવ છોડી દો. સાથે લખવા પ્રમાણે છ સાત વખતની ચહા અને બીડીઓ પણ છોડો. સાત્વિક, તેલ મરચા વગરનો, હળવો અને ઓછો આહાર કરો. એકાંતમાં બિલકુલ ન રહો તો કુટેવ છુટી જાય છે. કુટેવમાં મચી રહી શ્વાનના મૃત્યુએ મરવા કરતાં મનુષ્ય જેવા ઉચ્ચ અવતારને સમજી લઇ, જવાંમર્દ બનવું જોઇએ. ભારતના ભાગ્યવિધાતાઓ જ્યારે આવા કુછંદે ચઢીને શારીરિક સંપત્તિનો વિનાશ કરશે ત્યારે દેશ કેમ સ્વતંત્ર બનશે? તમારી સામે જોવામાં આવતા પહેલવાન જેવા શરીરધારીઓ, સમર્થ બુદ્ધિમાનો અને વિદ્વાનો એટલા બધા શા માટે તેજસ્વી જણાય છે? તેઓ વીર્યવાન હોવાથી. ત્યારે તમે પણ વીર્યની રક્ષા કરો અને દેશમાં રત્નની માફક ઝળકો. પામરતાભર્યા ક્ષણિક સુખની ખાતર જીંદગી શા માટે બરબાદ કરીને ભરેલ બંદુકની નળી છાતી સામે રાખી ઘોડો પાડતા હશો?

ઉપાય તો ઘણા છે, પરંતુ હાથીના સ્નાનની માફક એક તરફ કુટેવ અને બીજી તરફ ઉપાય કોઇ કામ કરતા નથી. સંયમ, નિયમ,

શુભ વિચાર, સદાચાર, ઉત્તમ રહેણીકરણી અને મન ઉપર કાબુ તથા નિર્વ્યસનીપણું એ જ સારા વિચારો સૂઝાડનાર અને સન્માર્ગે લઇ જનાર છે. માટે ચેતો, નહિ તો તમારા માટે એવા દુઃખના ડુંગરો ખડકાય છે કે તે ઓળંગવા પણ દોહ્યલા બનશે !

*

(૧૭૭) લલિતાબેન—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, દેવી ! આપનો પ્રશ્ન સીનેમા–નિરીક્ષણ બાબતનો છે. તમે લખો છો કે સીનેમા જોવું સારૂં નથી શું ? એથી આંખોને અમુક પ્રકારનું નુકશાન થતું હશે. એ સિવાય તેમાં જાણવા સમજવાનું ઘણું હોય છે. તો શા માટે સીનેમા જોવા ન જવું ? આ તમારા પત્રનો ભાવાર્થ છે અને મારી સલાહ માગો છો : વારૂ, સીનેમા જોવું કોને ન ગમે ? થોડાક ધર્મભીરૂ માનવીઓ અને જૂના જમાનાના વૃદ્ધો કે જેમના જન્મ પછી સીનેમાનો જન્મ થયો છે તથા ન્હાનાં ગામડામાં રહેતાં માનવીઓને બાદ કરીએ તો ઓછાવધતા પ્રમાણમાં હરેક સ્ત્રી પુરૂષ સગવડ હોય તો સીનેમા જોવા જાય છે. અને કેટલાક સીનેમારસિકો એવા પણ પડયા છે કે સીનેમા જોવા જવાનું થતાં આંબલી જોઇને જેમ મોઢામાં પાણી છુટે તેમ તેમને રસના ઘુંટડા આગળથી જ ઘુંટાવા લાગે છે. પછી તો તે બોલપટોમાં કયા રસાસ્વાદને ઉડાવે છે, કયા આદર્શને ગ્રહણ કરે છે, એ તો જોનારનો અંતરાત્મા જાણી શકે.

દુનિયાનાં હરેક દશ્યમાન પદાર્થ–પ્રાણીમાં જેમ ગુણ છે, તેમ દુર્ગુણ પણ છે. ભમરો અને ગીંગો એ એક જ પ્રકારનાં લગભગ મળતાં આવતાં પ્રાણીઓ છે. બન્નેને પાંખો છે, ઉડી શકે છે, ગણગણાટ પણ કરે છે. બન્નેની નાસિકા–ઘ્રાણેન્દ્રિય સતેજ છે. પરંતુ એકને ગમે છે ગુલાબ–ચંપો ને કમળની ખુશબો લેવાનું. બીજાને ગમે છે છાણની ગોળીઓ વાળીને રમવાનું. એ એમનો સ્વભાવ છે.

એવી જ રીતે માનવીઓ પણ નજરથી જોઇને, કાને સાંભળીને પોતાની રૂચી, સ્વભાવ, અને પ્રકૃતિ પ્રમાણે ઉઠાવ કરી શકે છે. એ પછી સીનેમા હોય, કે નજર સામેની દૃસ્યમાન સૃષ્ટિ હોય, કિંવા કોઇ ગ્રંથ હોય.

એક સરસ દૃષ્ટાંત આપું: પાંચેક દાયકા પહેલાંની કદાચ આ વાર્તા હશે. જ્યારે શાસ્ત્રો અને પુરાણો ઉપર લોકોને ઠીક ઠીક શ્રદ્ધા હતી. વરસમાં એકાદ ધર્મનો શ્રાવણ કે અધિક માસ હોય ત્યારે બ્રાહ્મણ પાસે કથા સાંભળવા માનવીઓ જતાં. એ સમયે એક પુરાણવેત્તા બ્રાહ્મણ અધિક માસની કથા કરવા માટે પુસ્તકો સાથે લઇ એકાદ ગામમાં કથા વાંચવા અને એ નિમિતે ઇશ્વરઇચ્છાથી કાંઇક મળી જાય તો નિર્વાહ પણ થાય એમ સમજીને નીકળેલો. પાંચ પંદર ગામ ફરવા છતાં કયાંય કોઇએ સત્કાર ન કર્યો અને બેસવાની જગ્યા પણ એવી ન મળી. અધિક માસ બેસવાની માત્ર એક દિવસની વાર હતી તે વખતે એક ગામમાં આવી ચઢયો. એ ગામમાં પેસતાં પહેલાં તળાવ ઉપર સ્નાનવિધિથી પરવારી લેવા તળાવ ઉપર આવીને ઉતારો કર્યો. ત્યાં એ જ ગામના આગેવાન પટેલ પણ સ્નાન કરવા આવી ચઢયા. તળાવ ઉપર પટેલ અને પંડિતનો ભેટો થઇ ગયો. પટેલ બોલ્યા: 'મા'રાજ! પાયે લાગું.'

'કલ્યાણ. સુખી રહો, ભાઇ!'

'કયાંથી આવ્યા, બાપજી?'

'બહુ દૂરથી આવું છું, ભાઇ! અધિક માસ બેસે છે એટલે ધારેલું કે કયાંક કથાનો પાટલો થશે અને ઇશ્વરેચ્છાએ એ નિમિત્તે પ્રાપ્તિ થશે, જેથી બાળકોને પોષણ પણ મળશે. પરંતુ પંદર દિવસથી ફરીને થાકયો, છતાં કયાંય જોગ ન ખાધો. છેવટે આ એક ગામ બાકી હતું. તપાસ કરવા આવ્યો છું. જો બનશે તો ભલી થઇ, નહીંતર હરિઇચ્છા.' પંડીતે હકીકત જણાવી.

'વાહ, મારાજ! એ બહુ મજાનું. હું એ વિચારમાં જ હતો કે હું ચોરે વંચાતી કથા સાંભળી આવું છું. પણ જો કોક ઘેર વાંચનાર મળે તો ઓણુસાલ વિચાર છે કે ઘરનાં માણસ બધાંય સાંભળે. પણ બાપજી! તમને એક મહિનામાં કેટલી દખણા મળે તો ઠીક?'

'અરે બાપલા! એમાં કંઇ અમારૂં બાંધેલું થોડું જ છે? હરિ હૈયામાં વસે ને જે આપશો તેથી મને સંતોષ છે.'

'હાલો તંઇ, મારાજ! મારે ઘેર અને વાંચો કથા.'

પટેલ ને પંડિત ઘેર પહોંચ્યા. પટેલ પણ ભાગ્યશાળી હતા. પૂરા પાંચ દીકરા, ઘરનું માણસ અને મોટા દીકરાની વહુ. ઘરમાં લીલા લ્હેર અને પરમેશ્વરની મહેર હતી. પંડિતનો મુકામ ડેલીમાં કરાવ્યો અને અધિક માસના બેસતા દિવસે પંડિતે પોથી છોડી, પટલાણીએ પૂજા કરી અને ઘરનાં બધાં કથા સાંભળવા બેઠાં.

પંડિતે શરૂઆત કરતાં પહેલાં પૂછ્યું: 'કહો પટેલ, કથા કોની શરૂ કરવી છે? મારી પાસે તો ભાગવત, રામાયણ, અધ્યાત્મ રામાયણ, શિવપુરાણ, ભગવતી ભાગવત અને ઉપનિષદ પણ છે, તેમ જ મહાભારત પણ છે. તમને જે ગ્રંથ સાંભળવાની ઇચ્છા હોય તે વાંચીએ.'

'બાપા! એમ જ કરો ને, નકરા જ્ઞાનના રસ વિનાના ગોટલા અમને ગળે નહિ ઉતરે. માટે અમે સમજીએ એવું હોય, થોડુંક ભગવાનનું ય આવતું હોય અને થોડુંક ભગતનું પણ આવતું હોય. કંઇક ભગવાન ને ભગત બાઝતાએ હોય, અને કંઇક ભગત ભગવાનને છેતરતો ય હોય, એવું વાંચો તો મજા પડશે. નીકર આ મારી ઘરવાળી જ પેલાં ઝોકાં ખાશે.' પટેલે ખુલાસો કર્યો.

'એ...લ્યો, જો મારો જ વાંક પેલો કાઢ્યો. પણ પોતાની વાત તો જાણે કોઇ જાણતું નથી! આ પોર કથા સાંભળવા ગીયા ને રામાયણ સાંભળીને આવ્યા, તારે મારા મોઢે કીધું: 'એલી સાંભળે છે કે? ઓલી સીતાનું હરણ થઇ ગીયું, તે ઇમાંથી માણહ થાશે કે

હરણનું હરણ રેશે?' તારે આપણા ધમાએ કીધું: 'એ બાપા! ઇ સીતાનું હરણ થીયું એટલે વગડામાં હરણીયાં રે'છે એ જનાવર નઇં, ઇ તો રાવણ ઉપાડી ગીયો એટલે હરણ થીયું કે'વાય!' એટલું તો તમે કથામાં સમજો છો, ને વળી મને ઝોકાં ખાવાનું કીયો છો!' પટલાણીએ પટલની અક્કલનું પ્રદર્શન કર્યું.

'હા ભાઇ હા. ભૂલ્યો મારાજ! જે તમને ઠીક લાગે તે વાંચો. મને તો એમ છે કે તમે બોલ્યું 'વૈશમપાયે ઋષી આણી પેરે બોલ્યા ને સુણ જનમેજય રાય' વાળું ભારત વાંચો તો ઠીક પડે.'

'હા, બાપા! મને કયારનું યાદ હતું કે ઇ ભારત બહુ મજાનું છે. ઇમાં તો કંઇ ભીમના ઝપાટા! એક ગદા મારે ને સો પાડે! અને કુંભારના કોઠીના ચણ્યા તો ભીમ નારતામાં જ બુકડાવી જાય! વળી શંકરનું વરદાન એવું કે ભીમ ખાય ને ઝાડે જાય મામો શકુની!' પટેલના વડા પુત્રે પોતાનો મત આપ્યો.

'ઠીક, ત્યારે પટેલ! વલ્લભરામનું રચેલું મહાભારત વાંચું. એમાં તમને સમજ પડશે ને મજાએ આવશે. છે તો પ્રાકૃત પણ તેમાં વલ્લભરામે હાસ્ય, કરૂણા, અને વીર રસની ઝમક ઠીક આણી છે.'

અને પંડિતે કથા શરૂ કરી. દરરોજ ઘરનાં આઠે માણસો કામ-કાજથી પરવારી કથા સાંભળવા બેસે. પંડિત પણ જગતના રંગથી રંગાયેલા તે ઢીંચણીયાભેર થઇને એવી તો કથા કહે કે સાંભળનારનાં હૈયાંનાં તાળાં ઉઘડે અને કાનના પડદા ધડાક કરતાને તુટી જાય.

અધિક માસ પૂરો થયો, મહાભારત પણ પુરૂં થયું એટલે એકાવન રૂપીઆ રોકડા અને એક જોટો લુગડાં પોથી પર મૂકયાં, પાઘડીનો છેડો અંતરવાસ નાંખીને પટેલ પટલાણી સજોડે પગે લાગ્યાં ને કથાની સમાપ્તિ થઇ, પ્રસાદ વેંચી નાંખ્યો, બધાં વચ્ચે બેઠાં છે ને પટેલ બોચર્યા:

'બોલો ધરમશીભાઇ! આ ઘણા દિની ઇચ્છા હતી કે ઘરનાં બધાં માણસ સાંભળે એવું કાંઇક થાય તો સારૂં, પરભુએ ઇચ્છા પૂરી કીધી.

પણ તમે પાંચે ભાઇએ અને આ વહુએ પૂરૂં ભારત સાંભળ્યું, તેમાં તમે સમજ્યા શું એ કહો. તે સાંભળીને મા'રાજ રાજી થાશે અને મારોય આત્મા ઠરશે.'

'ભલે બાપા! આ હું તો સમજ્યો છું એટલું કે કૌરવ ને પાંડવ એટલું એટલું બાઝ્યા, દુ:ખ પણ કંઇ થોડું નથી પડયું. તો ય ધરમરાજા કંઇ પણ જુઠું ના બોલ્યા. એટલે આપણે જો જુઠું ન બોલીએ તો પણ આપણું કામ પરભુ પાર ઉતારવાનો છે. આપણું ધાર્યું કંઇ થાતું નથી.'

'અરજણ—દીકરા! તમે કહો.'

'બાપા, હું તો સમજ્યો છું કે વેવારે બાઝવું હોય તો સગો બાપ આવે કે ભાઇ આવે તો ય શરમ નો રાખવી. જુઓને, અરજુન દાડે ભિષ્મપિતામહને બાણ મારતો અને રાતે ચાકરી કરવા જતો. વેવારે વસમું લાગે તો ભલે લાગે.'

'ભીમજીભાઇ તમે કહો.'

'અમે તો એવું સમજ્યા છીએ કે પેલો મારે એ કદિ ન હારે. એટલે આવતી કાલથી આપણે તો પેલી લાત ને પછી વાત. આ ધમો ને અરજણ આડા હાલે કે ફડુહ દઇને જ્યાં આવે ત્યાં દઇ પાડવા, એટલે સીદ્ધા સડાક!' ભીમજીએ કહ્યું.

'સગરામ, તમે શું સમજ્યા?'

'હું તે સમજેલો જ હતો પણ મારી સમજણમાં વધારો થીયો. આ ધરમો એક દિ સાંતી જોડીને જતો'તો ને સામી રાંડીરાંડ મળી. મેં કીધું 'ધમાભાઇ! રેવા દ્યો, શકન સારા નથી.' પણ ઇ માને એવા નઇં ને! ખેતરે ગયા ને જેહલું ભાંગ્યું. ભાઇ ઘેર બીજું જેહલું લેવા આવ્યા એટલે બળદ ભડકયા ને નાઠા તે દરબારના સપાઇએ ડબામાં પુર્યા. ઢાંડાળા રૂપીઆ ચાર દંડ ભર્યા તારે બળદ ઘેર આવ્યા, સાંતી રખડયું. શકન તો દીવો છે દીવો. આ આજે સવારે હું પાધર ઝાડે જતો'તો ને આડી બિલાડી ઉતરી એટલે મેં લોટો ઢોળી નાંખ્યો. ભલે દબાણો રઉં પણ અપશકને તો ઝાડે નો જ જઉં!'

'નકરાભાઇ! તમે બોલી નાંખો, બેટા!'

'મારે બોલવા કરતાં કાલે ઓલો પાનાચંદ પૈસા લેવા આવશે એટલે ખબર પડશે. મેં તો એને તાંથી લુગડાં લઇને નાંખ્યાં છે શીવડાવા. આપણે તો બસ નવાં લુગડાં પેરીને ઠાઠમાઠથી ફરવું ને રોફ મારવો. દઃખ શું કરવા વેઠવું? કામ કરનાર તો મોટા ચાર બેઠા છે, એટલે લહેર ઉડાવવી બસ.'

'ઠીક, રૂપાળી વહુ! તમે કહો, દીકરા!'

'બઇજી! ઇ ધરૂપતી સતી કેવાણી પણ ધણી તો એને પાંચ હતા. એવી સતીયું પાંચ ધણી રાખે તોય શાસતર ઇને સતીયું કીયે, તો પછી મારે સા સારૂ દશ ધણી.........'

'એ હાઉં હાંઉ, બાપુ! વહુભા! વધુ ના બોલશો. નીકર કાનના કીડા ખરી પડશે. તમે ભુંડી કરી, બાપ! બહુ ખોટું સમજ્યાં, માવડી! મને શું ખબર કે તમે મહાભારતમાંથી આવું સમજી બેસશો?' પટેલે નિસાસો નાંખ્યો.

લલિતાબહેન! સીનેમારસિકો સીનેમા જોવા જાય છે, સીનેમાની અંદર અનેક પ્રકારના હાવભાવ, સંગીત, કલા, સંવાદ, અભિનય અને દિલ ડોલાવનારા વિવિધ વિષયો ભર્યા છે. તેમાં પ્રેમકિસ્સા અને રમુજી કહાણીઓ તથા હિંદી સંસ્કૃતિની સુગંધ પણ હોય છે, અને વિકારને બહેલાવે તેવાં નખરાં પણ છે. તે જોઇને, સાંભળીને, વિચારીને માણસ જાત ગ્રહણ કરવા જેટલું ગ્રહણ કરી અન્ય વસ્તુનો ત્યાગ હંસના નીરક્ષીર ન્યાયે કરે તો સીનેમા જોવાથી કોઇ ખાસ હાનિ નથી. પરંતુ આજનાં નબળાં મનનાં માનવીઓ, તેમાં પણ યુવક–યુવતીઓની વર્તણુંક માટે બારીકાઇથી તલાસ કરો. આજે સીનેમા જોનાર યુવતીઓના પોશાક, લહેકા, વાણીવિલાસ, હાલવા-ચાલવાની ઢબ ધીમે ધીમે સીનેમાનટીઓ જેવી જાણે થતી જતી હોય તેવું જોવામાં આવે છે.

એક રૂપલાવણ્યવતી સીનેમાની સુપ્રસિદ્ધ નટીને હું ઓળખું છું. વર્ષો થયાં એ મારા પ્રત્યે પૂજ્યભાવ સેવે છે. પુત્રી પ્રત્યેના વાત્સલ્યભાવે તેના જીવનમાર્ગને હું બતાવું છું અને પવિત્ર જીવન જીવવા એ તનમનથી પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ એની ટપાલની પેટી એના મગજના ટુકડા અને લોહીનું પાણી કરી રહી છે. દરરોજની ટપાલમાં પાંચદશ યુવાનો અને પ્રૌઢો એની પાસે પ્રેમભિક્ષા માગવા, એના તન ઉપર સર્વસ્વ ન્યોચ્છાવર કરવા, ભગવાન પાસે ભકત જેમ પગમાં પડી કરગરતા હોય તેમ કાકલુદી કરતા યાચના કરી રહ્યા હોય છે.

એ બ્હેન જ્યારે જ્યારે મારી પાસે આવે છે ત્યારે તેના ઉપાસકોના પત્રો લાવી મને બતાવે છે. હમણાં જ એક ચાલીશ વર્ષના, બાળબચ્ચાંવાળા, સુખસમૃદ્ધિવાળા, વિષયાનંદ ભોગવવામાં સામે તીરે પહોંચી ચુકેલા આબરૂદાર ગૃહસ્થ તેમને લખે છે:

'દેવી.........કુમારી,

'કોઇ ધન્ય પળે તારા દેદાર.........ફીલ્મમાં થયાં અને દિલ હરાયું. નથી સમજાતું ઉંડે ઉંડે પણ શું દર્દ થાય છે? શહેરમાં ચાલેલી દશ અઠવાડિયાં એ ફીલ્મને એક રાત્રી પણ જોયા વગર નથી ચુકયો. આકાશના તારલાની માફક રૂપેરી પડદા ઉપર તું ચમકે છે અને મારૂં હૃદય નાચી ઉઠે છે. તું ચાલી જાય છે અને હૃદય ચીરાય છે.

'એક રાત્રિ પણ મીઠી નિંદરથી નથી જતી. એ સ્વપ્નસૃષ્ટિ મને તો અનેરી જણાય છે. કારણ કે સ્વપ્નમાં તારા દેદાર છે, જાગૃતમાં વિયોગ છે. હવે તો ચિત્ત કોઇ પણ કામમાં નથી ચોંટતું અને મને ભય છે કે હું પાગલ બની જઇશ, માટે તન—મનમાં ભાન ભૂલેલા એક સાચા સેવક ઉપર મહેર નહિ કરે, સુંદરી ? મારો વૈભવ અને તન-બદન તારા ચરણે ધરવા તૈયાર છું. જવાબની વારીતરસ્યા ચાતકની જેમ ક્ષણ ક્ષણ પ્રતીક્ષા કરૂં છું, દેવી.........

'તારો...........સેવક.'

'.................. ' કુમારી,

' તને સુંદરતા આપનાર કુદરતને હું ધિક્કારૂં છું. મારા મિત્રે દુરાગ્રહ કરી, સીનેમાની અંદર લઇ જઇ તારૂં નિરીક્ષણ કરાવ્યું, તેની પ્રત્યે પણ મને આજે તિરસ્કાર છુટે છે. મારૂં વર્ષ બગડયું અને બી. એ. માં હું નાપાસ થયેા. જ્યારથી તને જોઇ ત્યારથી અભ્યાસ ભૂલ્યો. વાંચવા બેસું તેા બૂકેાનાં પાને પાને બસ તું જ તું ! તને હડસેલવા પ્રયાસ કીધા, નિષ્ફળ ગયેા. તારી પ્રતિમા સામે રાખી નફરતભરી વાણીથી એકાંતમાં તિરસ્કારી, પણ મલકાતી મુખડાવાળી તને તેથી શું ? બસ, હરદમ નજર સામે, રાત્રિભર સ્વપ્નામાં, કૅાલેજના ટેબલ પર, સાયન્સના વર્તુલમાં, ગણિતના દાખલાઓમાં, ભૂગેાળના પહાડેામાં, ખગેાળના આકાશમાં બસ તું......હી......તું...

' ભલે નાપાસ થયેા, માતાપિતાથી નારાજ થયેા, મિત્રોમાં હાસ્યાસ્પદ બન્યેા. એ બધાની પાછળ ગુન્હેગારી તારી છે અને એના બદલા રૂપે માત્ર માગું છું. ' પ્રેમભિક્ષા. ' રહેમ કર દેવી ! દર્દભર્યા જીગરને મધુરી વાણીથી સાંત્વન આપીશ ને ?

' તારેા ભાનભુલ્યેા યાચક. '

આવી વિકૃતિઓ સિનેમા જોયા પછી થઇ રહી છે. સીનેમા નટેા ઉપર પણ આફ્રીન બનેલી યુવતીઓ આવી જ રીતે પત્રેા પાઠવે છે અને એક ચુમી ભરાવવા ખાતર નેાટેાનાં બંડલ ટેબલ ઉપર ધરે છે. આ દશા સીનેમા જોયા પછીની છે. ભલા સદ્બુદ્ધિશાળીઓ, વિચાર કરે કે આવી વિકૃતિઓ જો ચાલુ રહી તેા આ ઉજળેા વ્યભિચાર કેટલી હદે પહેાંચશે ?

સદ્બુદ્ધિ આપે સિનેમા જોનારાઓને, અને સદ્જ્ઞાન ઉપજે સીનેમા તારલાઓને !

*

(૧૭૮) ભરૂચથી ભાઇશ્રી ઠાકોરલાલ છોટાલાલનો પત્ર મળ્યો છે. તે બીજા વાચકોના વિચારોનો પણ પડઘો પાડનારો હોઇ અહીં તેમનો આખો પત્ર આપું છું.

'આપ જેવા લોકકલ્યાણ ઇચ્છનાર વૈધરાજને આ પત્ર લખતાં મને ઘણો જ હર્ષ થાય છે. મારા પિતા તુલ્ય કાકા આપના માનીતા 'બહુરૂપી'ના પાંચ–છ વર્ષથી ગ્રાહક છે. આથી 'બહુરૂપી' હું નિયમિત વાચું છું, આપ તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલ અને 'બહુરૂપી'માં લેખમાળારૂપે જનતા સમક્ષ રજુ થયેલ 'રખે વહેમાતા' પ્રથમથી જ મેં ખરીદી લીધું હતું.

'પુત્રદા અને પારણું' એ લેખમાળા હર્ષપૂર્વક દરેક અઠવાડીએ હું નિયમિત વાંચુ છું; એ માંહેની તમારી લેખનશૈલીને મારે લાખો ધન્યવાદ આપવા જોઇએ.

'મને એક પ્રશ્ન ઘણો જ મુંઝવી રહ્યો છે કે આપ 'પુત્રદા અને પારણું' એ લેખમાળા પૂર્ણ કર્યા પછી કેવી લેખમાળા શરૂ કરવાની આશા રાખો છો? આ બાબત પુછાવવામાં થોડોઘણો કદાચ હું ઉતાવળો હોઇશ, પણ જીજ્ઞાસા ખૂબ વધી પડવાથી જ પૂછાવું છું. સાથે એક મારી નમ્ર વિનતિ છે કે જો તમે લેખમાળા શરૂ કરવાના હો તો એ લેખમાળા એવા પ્રકારની હોવી જોઇએ કે તેમાં જનનશાસ્ત્રની બને તેટલી વિસ્તૃત ચર્ચા હોવી જોઇએ. આજે ગુજરાતી સાહિત્યમાં એને બિલકુલ સ્થાન નથી, હોય તો પણ નહિ જેવું જ. આથી મારી એવી ઇચ્છા છે કે આજના યુવક વર્ગને–ખાસ કરીને મોટા ભાગને હસ્તદોષ (Masterbation)ની તેમ જ બીજી કેટલીક શારીરિક કુટેવોમાંથી છોડાવી શકાય. 'પુત્રદા અને પારણું'માં મોટા ભાગે સ્ત્રીઓની બાબતમાં આપે લખ્યું છે. એવી જ રીતે યુવક વર્ગ માટે યુવક અને યુવતી–લેખમાળા રૂપે તમે લખો એમ હું ઇચ્છું છું.

'મને પોતાને નાનપણથી જ જાતીયવિજ્ઞાનનું ઠીકઠીક જ્ઞાન મળ્યું છે. મને રાતદિવસ ઘણી જ ચિંતા થાય છે કે આજના મોટા ભાગના

યુવાનોને પોતાની શક્તિનો ખોટી રીતે વ્યય કરતાં હું શી રીતે અટકાવી શકું? પણ નથી મારી આર્થિક સ્થિતિ સારી, કે નથી કોઈની મદદ કે પ્રેરણા. હું બે ચાર યુવાનોને એવી ટેવોમાંથી સુધારી શકયો છું, પણ જ્યાં લાખો યુવાનો શારીરકિ કુટેવોમાં ફસાયા હોય ત્યાં બે ચાર યુવાનોનો શો હિસાબ? આથી આપ યુવાનોની શક્તિ વેડફાઈ જતી અટકે એમ કરો તો આપનો ઘણો જ ઋણી થઈશ. જ્યાંસુધી યુવાનોની શક્તિ વેડફાઈ જતી અટકાવી શકાય નહિ, ત્યાંસુધી ભારતમાતાને ગુલામીરૂપી શૃંખલામાંથી છોડાવી નહિ શકાય. જે રાષ્ટ્રનો યુવક વર્ગ બળવાન તે જ રાષ્ટ્ર ખરૂં દોલતવાન છે.'

ભાઈ શ્રી ઠાકોરલાલની માફક બીજા કેટલાક વાચકો પણ 'બહુરૂપી' દ્વારા આ પ્રકારના સાહિત્યની મારી પાસેથી આશા રાખે છે. 'પુત્રદા અને પારણું' વાળી લેખમાળા હજી કેટલોક સમય ચાલવાની છે. તે પૂરી થયા પછી બીજી કઈ લેખમાળા શરૂ કરવી કે જે 'બહુરૂપી'ના આબાલ-વૃદ્ધ સર્વ વાચકોને-બ્હેનો અને ભાઈઓ તમામને સાંગોપાંગ ઉપયોગી બને, એ વિષયની વિચારણા મારા અંતરમાં ચાલે જ છે. એક વૈદ્ય તરીકે આયુર્વેદના સહારાથી જગતનાં સર્વ માનવીઓનું આરોગ્ય પૂર્ણપણે જળવાય, તેઓ તન-મનના નીરોગી અને મજબૂત બને, તેમનું આખુંય જીવન સુખી થાય, એવું માર્ગદર્શન કરાવવું તે હું મારી ફરજ સમજું છું. મારામાં જેટલી શક્તિ છે, જે વિદ્યા મેં પ્રાપ્ત કરી છે, તેનો લાભ જેઓ લેવા ઇચ્છતા હોય તે દરેકને આપવાને હું તત્પર છું. મારી શક્તિ, જ્ઞાન આદિને મર્યાદા છે તે હું સમજું છું, છતાં મને એટલો સંતોષ થાય છે કે 'બહુરૂપી' દ્વારા પ્રસિદ્ધ થતી લેખમાળાઓ દ્વારા હું ભાઈ ઠાકોરલાલ જેવા અનેક સહૃદય વાચકોને આકર્ષી શકયો છું, તેમનો પ્રેમ સંપાદન કરી શકયો છું. એ માટે હું ખરો પાડ તો પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો તથા આયુર્વેદશાસ્ત્રના પ્રણેતાઓ અને મારા ગુરૂદેવનો માનું છું. તેમની કૃપાથી જ ભવિષ્યમાં પણ હું 'બહુરૂપી'ના સર્વ વાચકોને ઉપયોગી થાય એવું સાહિત્ય પીરસી શકીશ.

ભાઇ શ્રી ઠાકોરલાલની સૂચના પણ વિચારણીય છે. સુરૂચી અને મર્યાદાનો ભંગ ન થાય એ રીતે જનતા સમક્ષ તેમણે સૂચવેલા વિષયની માહિતી હિતકારક અને ઉપયોગી બની શકે તેમ છે. અત્યારે એનો કશો નિર્ણય કરી શકતો નથી પરંતુ સર્વ વાચકોને ઉપયોગી, આવશ્યક અને તલસ્પર્શી બને તેવું આરોગ્યવિજ્ઞાનને લગતું સાહિત્ય પીરસવાની હું આશા રાખું છું. તેને પાર પાડનારો કિરતાર સમર્થ છે.

*

(૧૭૯) એક બીજા વાચક બંધુનો મુંબઇથી પત્ર છે. તેમાં કાંઇક મારી પ્રશંસા થઇ જતી હોવા છતાં પણ તે અહીં આપું છું :

'આપનો પત્ર મળ્યો. મેં મોકલાવેલ રૂા. ૨ની ટીકટો નહિ સ્વીકારતાં મારે ખાતે જમા કરી રાખ્યાનું જાણ્યું. પરંતુ બિલકુલ મફત આટલી બધી તસ્દી આપને આપવાનો મને શો હક્ક છે ? માટે કૃપા કરીને રૂ. ૨ સલાહફી ખાતે જમા કરી લ્યો તો વધારે સારૂં, છતાં કોઇ રીતે આપનું મન તેમ કરતાં ન માને તો જેવી આપશ્રીની ઇચ્છા થાય તેમ કરશો. આપની સલાહ અમૂલ્ય હોઇ તેની કીમત બે જ રૂપીઆમાં ગણવાની નથી. એટલે હાલ તે બાબત વધુ લખતો નથી.

'વ્યાખ્યાનપીઠના માંચડા ઉપર ચડી, આજકાલ સેંકડો ભાષણ કરનારાઓ એવી છટાથી વાણીવિલાસ ફેંકે છે કે તે વખતે શ્રોતાજનો તેઓને ખરેખર ઉપકારક માને છે. પરંતુ વખતના વહેણ બાદ શ્રોતાઓને જણાય છે કે તેમની માન્યતા ખોટી હતી. કેમકે આવા વ્યાખ્યાનકારોમાંથી સેંકડે એક બે ટકા જ પોતાની વાણી મુજબ વર્તન કરનારા નીકળે છે. શરૂઆતમાં આપના લેખો વાંચતાં મને એવી જ શંકા-કુશંકાઓ થયેલી. પણ જેમ જેમ આપના નિખાલસ લેખ હું વાંચતો ગયો, તેમ તેમ આપની સજ્જનતા માટે મારો

સદ્ભાવ વધતો ગયો, અને મન સાથે નક્કી થયું કે હિન્દમાં આપના જેવા સો-બસો પાકે તો જરૂર મારા લાખો ભાઇઓ પોતાનું કલ્યાણ સાધી શકે. આપને પ્રભુકૃપાએ જે અમોઘ જ્ઞાન મળ્યું છે, તે જ્ઞાન જરી પણ દંભ કે ભેદ રાખ્યા વિના જાહેર જનતાની જાણ ખાતર સ્પષ્ટિકરણ સહીત બહાર પાડો છો તે બાબત ખરેખર આપનામાં રહેલા દૈવી ગુણોનું દિગ્દર્શન કરાવે છે.'

સામાન્ય રીતે જેઓ મારી સલાહ પત્રથી માગે છે તેમની પાસેથી હું ફી લેતો નથી. જેઓ બે આનાની પોસ્ટની ટીકટો બીડે છે તેમને સીધો જવાબ મળે છે, બાકીનાને 'બહુરૂપી' દ્વારા અનુક્રમે જવાબ મળે છે. આ ભાઇએ સલાહફીના રૂા. ૨ બે મોકલેલા. નિયમ તરીકે તે રકમ મારે લેવી ન જોઇએ. એ બાબત મેં તેમને લખેલું, તેના જવાબમાં તેમના તરફથી મળેલો પત્ર મે ઉપર રજૂ કર્યો છે. એમાં તેમણે મારી પ્રશંસા કરેલી છે, મારા લેખોને તથા મારા 'અમોઘ' જ્ઞાનને તેઓ પ્રશંસે છે. મારા જ્ઞાનને મર્યાદા છે, આયુર્વેદ શાસ્ત્રના અગાધ જ્ઞાન-સાગરમાં મેં તો માત્ર ચંચુપાત જ કરેલો છે એ હું સમજતો હોઇ, આવા પ્રશંસાપત્રોથી ફુલાવાનો મારો સ્વભાવ નથી, તેમ જ કોઇ કોઇ ભાઇ તરફથી મને મળતી પુષ્પાંજલીથી હું હતાશ બનતો નથી કે ગુસ્સે પણ થતો નથી.

કેટલાક વૈદ્યોના મારે માટેના અર્થહીન ઉદ્‌ગારો હું સાંભળું છું ત્યારે તેમની મનોદશા મને ખેદ ઉપજાવે છે. પોતાનાથી કશું બની શકતું નથી, અને મારા જેવો વૈદ્ય સેવાભાવપૂર્વક જનતાને વિનામૂલ્યે સલાહ આપે, આયુર્વેદના અમૃત સમા નુસખા નિખાલસભાવે ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય બતાવી દે એ તેમને પાલવતું નથી.

મારો તો એક જ સિદ્ધાન્ત છે કે પુસ્તક, પેપર કે પત્ર દ્વારા કિંવા રૂબરૂમાં જે સલાહ આપવી તેના બદલાની લેશ પણ આશા રાખવી નહિ, અને એ સલાહમાં જરીકે ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય ગમે તેવો કિંમતી ગણાતો નુસખો પણ બતાવી દેવો. એવા ઘણા

નુસખા મેં 'રખે વહેમાતા' તથા 'પુત્રદા અને પારણું'માં બતાવ્યા છે. વળી આ મથાળા તળે અહીં અપાતા પ્રશ્નોના ઉત્તરોમાં પણ બતાવવામાં આવ્યા છે. ભવિષ્યમાં પણ જે કોઇ ભાઇ કે બ્હેન મને પોતાની શારીરિક, માનસિક સ્થિતિ સંબંધી પ્રશ્ન કરશે તેમને નિઃસ્વાર્થભાવે મારા તરફની સલાહ વિનામૂલ્યે મળશે. જેમને અંગત જવાબ જોઇતો હોય, તેમણે બે આનાની પોસ્ટની ટીકીટ મોકલવાનું ભૂલવું નહિ.

*

(૧૮૦) લીંબડીના બંધુ

આ ભાઇ ગ્રેજ્યુએટ છે, સાધારણ સ્થિતિના છે, યુવાન છે. યુવાનીમાં દીવાના બની, કુલક્ષણે ચડી, હતવીર્ય બની ગયા છે. પોતાની સ્થિતિ સુધારવા માટે દીનતાપૂર્વક આર્જવતા કરે છે.

આવા પત્રો તો અનેક મળ્યા જ કરે છે. તેમને માટે અગાઉ અનેકવાર લખાઇ ગયું છે. ફરીથી એની એ જ સલાહ, એની એ જ દવા બતાવવામાં કશો અર્થ નથી. આ ભાઇ પોતાના મન ઉપર હવેથી પૂરો કાબૂ રાખે, સાત્વિક આહાર લે, ખોરાકમાં ગાયના દૂધનું પ્રમાણ વધારે, પૂર્ણ બ્રહ્મચાર્ય ચાર–છ માસ પાળે, બની શકે તો સ્હવાર સ્હાંજ ઠંડા પાણીએ નહાવાનું રાખે અને ઔષધમાં રોજ બે વખત રસાયન ચૂર્ણ (ગળો, ગોખરૂ ને આંબળાં) મધની સાથે ચાટી, તેની પર પાશેર ગાયનું દુધ સ્હવાર–સ્હાંજ ગરમ કરી સાકર સાથે પીએ તો તેમની સ્થિતિ આરોગ્યવાન, પુરૂષત્વવાળી બની જશે. ગળો, ગોખરૂ ને આંબળાં સમભાગે લઇ ખાંડી, બારીક છિદ્રવાળા આંકથી ચાળી લેવાં. સ્હવારસ્હાંજ એકેક વાલ મધ સાથે ચાટવું. છ મહિના સુધી એ પ્રમાણે કરવાથી આશાતીત લાભ થાય છે.

*

(૧૮૧) પટેલ-આફ્રિકા

પત્ર મળ્યો, ભાઇ! 'પુત્રદા ને પારણું'માં ચાલી ગયેલા સ્ત્રીઓ સંબંધના વિષયમાં, પ્રેમ સંબંધી કેટલીક વાસ્તવિક હકીકતો બાળકો વાંચે એ ઠીક નથી એમ આપનું માનવું છે. તે માટે પત્ર લખી પુછાવો છો.

હું આપને પણ એમ પૂછું છું કે આપનાં બાળકો જેઓ વાંચતાં લખતાં શીખ્યાં છે, જેમની ઉમર નવ, દશ, અગીયાર વરસની કલ્પી શકાય, જેઓ પાંચ સાત વરસ પછી ગૃહસ્થાશ્રમી બનવાના છે, તેમને સીધું, સાદું, વાસ્તવિક જ્ઞાન મળે તેથી એ શું ઉંધે રસ્તે દોરાઇ જવાના છે?

આપ ભલે માનો. પોતાની માન્યતા એ દરેકને માટે સ્વતંત્ર છે. પરંતુ જ્યાં ઉછરતા બાળકો રહે છે તેમના રાત્રિ દિવસના સંપર્કમાં આપ ડીટેકટીવ નજરથી આવો કે એ બાળકો કેવી વર્તણુક ધરાવી રહ્યા છે, અને જાતીય જીવનનું જ્ઞાન મેળવવા તેઓ આડકતરો માર્ગ કઇ રીતે શોધી રહ્યા છે?

જીજ્ઞાસાવૃત્તિ એ એક ભૂખ છે અને તે હરેક માનવીઓને જાગે છે. પછી એ જીજ્ઞાસાની તૃપ્તિ થતાં એની ભૂખ પરિમિત રહે, પણ જાગે છે એ સત્ય છે.

એક ઘરમાં આઠ વરસનો બાળક છે. માતાને પુત્રી સાંપડી અને બાળક પ્રશ્ન કરે: 'બાપા! બેન કયાંથી આવી?'

દિલનો દુર્બળ પિતા કહેશે: 'આકાશમાંથી, શેર મીઠા સાટે......હેં, હેં, હેં, હેં, તું ન સમજે, મુરખા!'

ભલા એ બાળકની જીજ્ઞાસાનો આપેલો આવો જવાબ એને સંતોષ ઉપજાવશે? નહિ જ, અને એ જીજ્ઞાસા વધુ તીવ્રતર બનશે. કારણ કે એ પણ આવા જવાબથી સમજી જાય છે કે પિતા જુઠું બોલે છે. અને પછી એ બાળક સમોવડીઆની સાથે 'બેન કયાંથી આવી' તેની છૂપી તપાસ કરશે અને આડકતરો માર્ગ લેશે.

પરંતુ તેને સીધી રીતે તેની ઉમરને પચે તેવી રીતે સમજાવાય: 'ભાઇ! એ બાળકી—બેન તારી માતાના ઉદરમાંથી આવી છે. જેમ આંબાને કેરી આવે છે, જેમ ઝાડમાંથી ફળ થાય છે, તેમ મનુષ્યમાંથી મનુષ્ય પેદા થાય છે. કેવી રીતે પેદા થાય છે તે તું સમજી શકે તેટલો મોટો નથી. વધુ મોટો થઇશ એટલે આપોઆપ સમજાશે.'

બોલો, આ બન્ને જવાબોમાં કયો સરસ તમે ગણો છો? માતાના ઉદરથી બાળકીનું આવવું અને એ બાળકને જણાવવું—એમાં તમે ભયસ્થાન કલ્પો છો, અને એથી તેને અજ્ઞાન રાખવા માગો છો, છતાં તે અજ્ઞાન નહિ રહે અને આડકતરા માર્ગે દોરાયેલું તેનું દિલ સાચો જવાબ મેળવતાં કેટલુંક અસ્વાભાવિક, કેટલુંક વજનદાર, તેની ઉમરને પચે નહિ તેવું બહારથી મેળવી લેશે. એ કરતાં સાચો અને વિચારોના પરિપાકથી પેદા થયેલો જવાબ તમે આપો તો? એટલે મારૂં માનવું એવું છે કે બાળકોને મર્યાદિત રીતે સાચું જાતીય જ્ઞાન ઉમરને યોગ્ય આપવામાં આવે તો કશી હાનિ નથી થવાની.

*

(૧૮૨) વી. કે. આર.—જોશી નડીઆદ

પત્ર મળ્યો. એક વૃદ્ધ બે વરસ થયા ગાંડા જેવો થઇ ગયો છે અને નાસતો—ભાગતો ફરે છે. તે માટે આપ ઉપાય પૂછો છો.

ગાંડપણ એ એક માનસિક રોગ આથવા મગજનો વ્યાધિ છે. તે અનેક કારણોથી થાય છે. આયુર્વેદ શાસ્ત્ર તો શોક, ભય, હર્ષ, વિષાદ વગેરે કારણોથી પણ ગાંડપણ આવવાનું જણાવે છે. પાગલો અનેક પ્રકારના થાય છે. એવા પાગલની ચિકિત્સા કરતાં પહેલાં તેના શરીરનો, વર્તનનો અને શારીરિક રોગનો અભ્યાસ કરવો પડે છે અને ચોક્કસ નિર્ણય કર્યા પછી યોગ્ય ચિકિત્સા કરવામાં આવે તો પાગલો જરૂર સારા થઇ જાય છે.

વિલાયતી પદ્ધતિનાં પાગલખાનાં કરતાં દેશી ઉપચારોથી પાગલો સેંકડો સારા થયા છે. પરંતુ પાગલની ચિકિત્સા કરનાર ઠાવકા મનનો, અનુભવી, દીર્ઘદૃષ્ટિવાન તથા શાંત મનનો શોધક સ્વભાવનો અને બુદ્ધિમાન વૈદ્ય વધારે ફળિભૂત થાય છે. પાગલોની ચિકિત્સા કરનારને કયારેક પાગલોના હાથની પ્રસાદી પણ ચાખવી પડે છે. ગાલીપ્રદાન—એ તો સાધારણ પુષ્પાંજલી ગણાય. મને પાગલો સેંકડો જોવાને મળ્યા છે, અનેક સારા પણ થયા છે. એટલે આપ એને રૂબરૂમાં લાવો તો જ ઉપાય તરફ વળીએ. જો આપ વિચાર-વિનિમય કરી શકતા હો તો 'રખે વહેમાતા' પુસ્તક માંહેનો માનસ-શાસ્ત્ર વિભાગ અને પાગલોની સારવાર વાંચી તેમાંથી એકાદ ઉપચાર કરો, જરૂર લાભ થશે.

*

નીચેના ભાઇઓની લગભગ મળતી ફરિયાદો છે. એક જ પ્રકારના પ્રશ્નો હોઇ, બધાને એક હરોળમાં મૂકી પછી ઉપાય બતાવું.

સ્વપ્નદોષ, પેશાબમાં ધાતુનું જવું, અશક્તિ, ગુપ્તભાગની નબળાઇ, શરીરની નિર્બળતા અને પછી તેને અંગે અનેક પ્રકારની એમની ફરિયાદ છે.

(૧) ઉમરેઠવાસી, (૨) લાલ એકા (૩) સીગારેટ (૪) બી. એન.—ભાવનગર (૫) નાનાલાલ (૬) આશાવાદી—ભાવનગર (૭) એમ.—મુંબઇ (૮) વાંકાનેરના ભાઇ.

આ ભાઇઓ એક નહિ ને બીજા રસ્તે કુટેવમાં ફસાયેલા હતા. તેની જાણ થઇ ત્યારપછી મુક્ત થયા. પણ એનું પરિણામ એ આવ્યું કે શરીરનું, બુદ્ધિનું, જ્ઞાનનું અને વીર્યનું દીવાળું નીકળી ગયું. છતાં શરીરને વધુ પાયમાલ કરનારાં ઓછા વધતા પ્રમાણમાં વ્યસનો તો એમને વળગેલાં જ છે. એ બધા ભાઇઓ તેમાંથી સાફ રસ્તો માગે છે.

પ્રથમ તો આ તમામ ભાઇઓને હું એમ પૂછું છું કે તમે ફરીથી માનવી તરીકે લાંબું આયુષ્ય ભોગવી જીવવા ચાહો છો ? એક મર્દ માફક સ્વતંત્ર અને સ્વાવલંબી બનવા ઇચ્છો છો કે ખાલી એક આનાનો પત્ર બગાડી મારો સમય અને 'બહુરૂપી'નાં પાનાં બગાડવાં છે ? તમારો જવાબ હકારમાં હોય તો પહેલી સલાહ તમોને એ આપું છું કે આજથી જ તમારે, બીડી, પાન, ચહા, કોફી, કોકો, તમાકુ, સીગારેટ અને એવા હરેક પ્રકારના વ્યસનને સદાને માટે છોડી દેવાં. થોડો વખત સુસ્તી. આળસ, બેચેની જણાય તો તેની પરવા કરશો નહિ. વ્યસનો છોડવાથી તમને જો કશું દર્દ થાય–તમારૂં શરીર પડી જાય તો તેનો જવાબદાર હું છું.

તમને ગમે તેવા સરસ ઉપાય બતાવું અને તમે તે કરો છતાં તમારી જીભ બેલગામ હોય અને વ્યસનોનો મારો ચાલુ રહે તો એ દવા તમને કોઇ પણ જાતનો ફાયદો કરે નહિ એ દીવા જેવી સાચી વાત છે.

વ્યસનો છોડયાને પંદર દિવસ વીતી જાય તે પછી શરૂ કરોઃ

ગોખરૂ તો. ૧, શમળાનું મૂળ તો. ૧, ધોળી મુશળી તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, ગળોસત્વ તો. ૧, સાકર તો. ૧.

ઉપરની વસ્તુનું બારીક ચુર્ણ કરવું અને બાટલીમાં ભરી રાખવું. સવારના દાતણપાણી કરી ગાયનું દૂધ શેર ૦। ગરમ કરી, તેને ઠારી, અંદર સાકર એલચી નાંખી. ઉપરનું ચૂર્ણ તો. ૦। મોઢામાં મૂકી ઉપર દૂધ પીઓ. આઠ દિવસ પા પા તોલો લીધા પછી એની માત્રા વધારીને અરધો તોલો કરો. જમ્યા પછી અથવા જમતાં પહેલાં ૦। તોલો હિંગાષ્ટક ચુર્ણ એક ગ્રાસ ભાતની સાથે મેળવી થોડુંક ઘી નાંખી જમી જાઓ.

રાત્રે સારી હરડે તો. ૧૦ અને સીંધવ તોલા ૧ નું ખાંડીને કરેલું ચુર્ણ તોલો ૦। ઠંડા પાણી સાથે ફાકો.

ધીરજ રાખી, ખોટા વિચારો નહિ કરતાં, વૈદ્ય ડાક્ટરો પાસે નહિ દોડતાં મનમરકટને સમજાવી, બરાબર બે મહિના આ રીતે

દવા શરૂ રાખો. ખોરાકમાં પચે તેટલો હળવો છતાં ઘી–દુધવાળો, જેમાં લસણ અને અતિ મરચાં ન હોય તેવો લેવો, ફરવા જવું, મનને આનંદમાં રાખવું, હાસ્ય, વિનોદ નિર્દોષ ભાવે કરો.

આ પ્રયોગ તમને મામુલી લાગશે, પણ સખત, ઉગ્ર અને કામોત્તેજક ભડકામણી દવાઓ કરતાં આ દવાઓ એટલી સરસ, નિર્દોષ અને સ્થિતિસ્થાપક છે કે શરીર ઉપર અસ્વાભાવિક થયેલા ઘસારાને નાબૂદ કરી, તે જતા ધાતુને રોકે છે. પછી સ્વપ્નામાં, પેસાબમાં કે ગમે ત્યાંથી વીર્ય જતું હોય! ગોખરૂ, આંબળાં જેવી વસ્તુ વિષે પદાર્થવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ જો લખવામાં આવે તો એ પદાર્થો એટલા સરસ, ઉચ્ચ ગુણોવાળા છે કે એ ધાતુસ્થાનને ધીમે ધીમે મૂળ સ્વરૂપમાં લાવી મૂકે છે, ખોટી ગરમાઇ નાબૂદ કરે છે, ધાતુને ઘટ્ટ બનાવે છે અને ખોટી ઉશ્કેરણી નાબૂદ થાય છે.

બરાબર બે મહિના આ દવા લીધા પછી સ્વપ્નદોષ કે પેશાબમાં જતી ધાતુ બંધ થયેલી જણાય, શરીર ઠીક ઠીક ઠંડકવાળું બન્યું હોય, ખોટી કામોત્તેજના નાબુદ થઇ હોય, ત્યારપછી તમને સંસર-સમાગમ માટે સાચી શક્તિ જોઇએ તો ૨૧ ખારેકનો પ્રયોગ નીચે મુજબ કરી નાંખો.

છોરી ખારેક નં. ૨૧ લઇ એને સાધારણ ગરમ પાણીમાં ભીંજવી દ્યો. સવારે નરમ થઇ ગઇ હશે. તેને બહાર કાઢી લ્યો અને દરેકને ઉભી ચીરી અંદરથી ઠળીયો ફેંકી આપો. ત્યારબાદ નીચેનું ચુર્ણ સરખા ભાગે એકવીશ ખારેકમાં ભરો:

બંગ ભસ્મ તો. ૧, ભાંગ: (વિજીયા) તો. ૧ (ગરમ પાણીથી ધોઇ સાફ કરેલી), જાવંત્રી તો. ાા, અક્કલકરો તો. ાા.

ચારે વસ્તુને ખાંડી પાઉડર બનાવી તેમાં નાગરવેલનાં ૫૦ પાનનો રસ નાંખી ઘુંટી સરખી ૨૧ ગોળી બનાવી એકેક ખારેકમાં એકેક ગોળી મૂકી દઇને દોરાથી ખારેક સખત બાંધી લ્યો.

દરરોજ સવારમાં ભેંશ અથવા ગાયનું દુધ શેર ૦ાા તપેલીમાં મૂકી અંદર દોરાથી બાંધેલી ખારેક મૂકીને ઉકાળો. એ ચાર ઉભરા આવી ગયા પછી ખારેક કાઢી, ઠંડી પડવા દઇ, ધીરે ધીરે ચાવી જાઓ. એ પ્રમાણે દરરોજ એક ખારેક લ્યો. જમવામાં સાકરનો શીરો, પુરી, સાધારણ તેલ મરચાવાળાં દાળ, શાક, રોટલી વગેરે લ્યો. ગુહ્યભાગ ઉપર સિંહની ચરબી, સુવરની ચરબી, બીરબોટીનું તેલ અને તલનું તેલ દરેક એકેક તોલો, તેમાં હીનાનું સાચું અત્તર પાવલીભાર મેળવી, એકત્ર બનાવેલું માલીસ કરો.

૨૧ દિવસના પ્રયોગથી સંપૂર્ણ યુવાની આવી જશે. ફરી જગતમાં જીવવા લાયક બનાશે. પરંતુ યાદ રાખો કે આવેલી તાકાત દુરૂપયોગ કરવા કે વેડફવા માટે નથી. વીર્યવાન મનુષ્ય જ દુનિયામાં મનુષ્ય તરીકે જીવવાને લાયક છે.

*

(૧૮૩) ભાઇ સોની--ઉના

આપનાં પત્નીની હકીકત વાંચી. એમને પેટમાં છોડ થઇ ગયાનું સુયાણી કહે છે, વૈદ્યો પણ કહે છે, પેટમાં ગાંઠ છે, અટકાવ નિયમિત આવે છે. પણ બાળક થતું નથી. તે માટે ઉપાય માગો છો.

છોડ થઇ જાય છે એ વાત સાચી છે. પરંતુ છોડ છે કે ગાંઠ છે એનો નિશ્ચય હું અહીં બેઠાં કેવી રીતે કરી શકું ? તેને માટે તો શારીરિક તપાસની જરૂર છે. છોડને પાલવી પણ શકાય છે, નિકાલ પણ થઇ શકે છે, પરંતુ છોડ છે કે ગાંઠ છે તેનો નિશ્ચય થયા વગર ઉપાયો કરવા નકામા છે. એટલે મારી પહેલી સલાહ તો તમોને તમારાં પત્નીને મારી પાસે રૂબરૂ લઇ આવવાની છે. અમદાવાદ મારૂં દવાખાનું છે. ત્યાં શનિવારથી સોમવાર સુધીમાં તેમને લઇને આવો.

છોડવાળાને ખાસ ચિહ્નો એ થાય છે કે હમેલવાળી સ્ત્રીનાં જેવાં લક્ષણો દરમાસે વરતાય છે. મોળ આવવી, પેટ ભારે જણાવું, ખોરાક નહિ ભાવવો, ખોરાકની વાસ આવવી, અમુક પ્રકારના પદાર્થો ઉપર

અરૂચી થવી, સ્તનમાં ભરતી ચઢવી, જાંગો ભારે થવી, આવાં લક્ષણો બેચાર દિવસ વરતાઇને બંધ થઇ જાય છે. ફરી બીજે મહિને વરતાય છે. આ લક્ષણોની સાથે પેટ તપાસવાથી છોડ જુદું જણાઇ આવે છે. માટે પ્રથમ ચોક્કસ નિર્ણય કરો, ત્યારે જ ઉપાય ફળિભૂત થઇ શકે.

આપના પોતાના પ્રશ્ન માટે તો ઉપર બતાવેલા આઠ ભાઇઓના ઉપાયમાં આપનો પણ સમાવેશ થાય છે. એ ઉપાયો તમે કરો તો આશાતીત લાભ થશે.

*

(૧૮૪) ગાંધી ગોરધન કાળીદાસ--કોલાબા

પત્ર મળ્યો, ભાઇ! તમોને અચાનક થઇ ગયેલા વ્યાધિનો હુમલો, રહી ગયેલા હાથ–પગ, એ બધી હકીકત ઉપરથી તમને લકવો થયો છે એ વાત ચોક્કસ છે. લકવો શરીરનાં જુદાં જુદાં અંગો ઉપર થાય છે અને તે તે ભાગ જુદો પડે છે. ડાકટરો એને એક પ્રકારનો વા કહે છે એ ખોટું તો નથી. લકવાને પણ આયુર્વેદ તો વાતવ્યાધિમાં ગણાવે છે. અને એવા વાતવ્યાધિઓ ચોરાશી જાતના છે.

કેટલાક ઉપાયોથી આપને ઠીક થયું છે અને થોડીક કચાશ છે. એ માટે તો સીધો સાદો ઉપાય છે:

મહાયોગરાજ ગુગળ બે બે ગોળી ઘી સાથે લ્યો, દિવસમાં બે વખત. મહારાસ્નાદી કવાથ પણ બે વખત ગોળી ઉપર પીઓ. સાથે મહા નારાયણ તેલનું માલીસ કરો.

દર ત્રીજે દિવસે એરંડીયું તેલ, સુંઠ અને એરંડમૂળના ઉકાળા સાથે લ્યો. વાયુ કરનાર પદાર્થો અને જાતજાતની ખટાઇ બંધ રાખો. આ કોર્સ દેશી વૈદકનો પ્રસિદ્ધ છે. એ બધી દવાઓ તૈયાર હરેક ફાર્મસીમાંથી મળે છે. માત્ર પ્રામાણિક સંસ્થા હોય તો એ સરસ ફાયદો આપે છે, શક્તિ ભરે છે, લોહી વધારે છે. મને તો લાગે છે કે તમે એકાદ બે મહિના કાળજીપૂર્વક આ દવા લ્યો તો બિલકુલ સુધારો થઇ જશે.

*

(૧૮૫) જે. બી. પુરોહિત

શરીર ઉપર ઉગતા વધારે વાળ અને તેને અંગે લાગતી કદરૂપતા માટે આપનો પ્રશ્ન છે.

શરીર ઉપર બાલ ઉગવા એ કોઇ રોગ નથી, પરંતુ કુદરતની કૃતિ છે. શરીરના બંધારણના પ્રમાણમાં બાલ પણ હોય છે. છતાં ઘણા માણસોનું શરીર તો રીંછની માફક રૂવાંટી અને વાળથી ભરચક હોય છે.

મનુષ્ય જન્મ લેતાં પહેલાં માતાના ઉદરમાં જ તેના સાતે ધાતુથી બંધાય છે અને એનો આધાર માતાના આહાર, વિહાર અને વિચાર ઉપર છે. સુંદર બાળકો પેદા કરવાં એ કાંઇ 'નસીબમાં' નથી હોતું, પણ કર્તવ્યમાં હોય છે. માતા જો ધારે તો ઉચ્ચ વિચાર, સાત્વિક આહાર અને તંદુરસ્ત શરીરથી સુંદર બાળક પેદા કરી શકે છે. જે માતાઓ ગર્ભકાળમાં કુપથ્ય ભોજન કરે છે કે જેઓ માટી, કાંકરા, કોલસા ખાય છે, ચીડાય છે, અને ક્રોધ કરે છે, તેનાં બાળકો કદરૂપાં અને પશુ જેવા જાડા બાલવાળાં જન્મે છે. પરંતુ જન્મ લીધા પછી શરીરબંધારણ જેવું બંધાયું, પોષાયું અને મોટું થયું, ત્યારપછી બાલ નાબૂદ કરવા–ઓછા કરવા એનો ચોક્કસ ઉપાય નથી. કોઇક બાલનાશક દવાનો લેપ કરી નાબૂદ કરતા હશે. પરંતુ એવી દાહક દવાઓથી ચામડી કાળી પડી જાય છે. એટલે મારા માનવા અને સમજવા પ્રમાણે શરીર ઉપરની બાલ—રૂવાંટીને નાબૂદ કરવાનો ઉપાય નથી. છતાં ફળોના રસ અને દૂધનો આહાર કરી વિવિધ પદાર્થોનો ત્યાગ કરવામાં આવે તો ચામડી કોમળ થાય છે અને બાલની બરસટતા અને જાડાઇ નાબૂદ થાય છે. એ સિવાય મારી પાસે બીજો કોઇ ઉપાય નથી.

*

(૧૮૬) મદનમોહનભાઇ

પત્ર મળ્યો, પણ ભાઇ! આટલા બધા પ્રશ્નો એકી સાથે શા માટે? મુદ્દાનો એક જ પ્રશ્ન હોય તો તેને પૂરતી જગ્યા અને યોગ્ય ન્યાય મળે. છતાં તમારા નિર્દોષ પ્રશ્નોથી અન્ય ભાઇઓને પણ લાભ થશે એમ સમજી આપું છું.

પ્રશ્ન—બાજરીના રોટલા, ઘી, અને ગોળ ખાવાથી લાભ કરે છે કે નુકસાન?

જવાબ—બાજરી એ બળવાન ખોરાક છે છતાં ઉષ્ણ છે. તેની સાથે ઘી, ગોળ મળવાથી પચવામાં વધારે ભારે બને છે. પરંતુ ઘી, ગોળ અને રોટલો જે પચાવી શકે તેને માટે તે ઘણી સારી વસ્તુ છે. કાઠિયાવાડનો ખોરાક તેમાં પણ ખેડુતવર્ગ તો ઘી, ગોળ, રોટલા ખાઇને આખો દિવસ ખેતરમાં મજુરી કરે છે, છતાંએ એની વજ્રકાયા થાકતી નથી, તેનું કારણ બાજરીના રોટલા અને ઘી ગોળ છે. એ સાથે જણાવવું જોઇએ કે કાઠિયાવાડનું પાણી એ ખોરાકને હજમ કરી દે છે. અને દાળભાત ખાનારાઓ કરતાં રોટલા–ગોળ ખાનારો શરીરે મજબૂત, સ્નાયુનો સખત અને પહાડ જેવો માણસ હોય છે. ભલે તેનું શરીર કદાચ માખણના પીંડા જેવું ગલીપચીવાળું સુંવાળું ન હોય, તે બેસે ત્યારે કદાચ પેટ ઉપર વાટા પડે એવી કોમળતા એ ખોરાક લાવી શકતો ન હોય, છતાં પણ શક્તિદાતા અને બળવાન એ ખોરાક છે અને સાથે નિર્દોષ પણ છે. સવાર સાંજ દાળ ભાતથી પેટ ભરનાર અને હોઇયાં હોઇયાં કરી પેટ ઉપર હાથ ફેરવનાર, છતાં સાત ડગલાં ચાલતાં હાંફી જનાર માનવીઓ કરતાં તો બાજરી ખાનાર ઘણા મજબૂત છે. માત્ર થોડું મીઠું નાંખી, હથેળી જેવો જાડો રોટલો બનાવી, કોઇ પણ પદાર્થ વિના માત્ર એકાદ વાટકો છાશ કે મરચાંનો એકાદ ટુકડો સાથે હોય તો એ રોટલો ગટગટ ગળે ઉતરે તેવો છે. અને પેલા લાડકવાયા ઘઉંની તો વાત જ ન કરો! એના લાડનો

તો પાર જ નહિ ! એને મોણ જોઇએ, તેને ચાવવા અને ઝીણી કરચો કરવા મજબૂત દાંત જોઇએ અને તોય ચીકણા એવા કે પેટમાં ચોંટી જવાની બીક. બિચારી ગરીબડી બાજરીને ગરીબોએ એ માટે જ અપનાવી છે. ગરીબો ગરીબને જ પસંદ કરે ને! અમીરોને થોડી જ ગરીબોની મહોબત ગમે છે કે શોભે છે ?

છતાં ઉષ્ણ પ્રકૃતિના માણસોને તેમજ ઝાડાની કબજીયાતવાળાને બાજરી ઓછી માફક આવે છે. શરીરનો એ સ્વભાવ છે કે તેને જેવું બનાવો તેવું તે બને. જન્મથી બાજરી ખાવાના અભ્યાસીઓને ઘઉં તથા ઘઉં ખાના ને બાજરી માફક નથી આવતી. શરીરની પ્રકૃતિ, દેશ, કાળ પ્રમાણે જ ખોરાકમાં બાજરી–ઘઉંની યોજના કરવી જોઇએ. ગુજરાતમાં રહેનાર એકાદ બે મહિના મચ્છુકાંઠાના ગામડામાં જઇ રહે તો તે પ્રેમથી બાજરીનો રોટલો અને અડદની દાળ ખાઇ પચાવી શકે છે; જ્યારે ઘણાય કાઠિયાવાડીઓ અમદાવાદ અને સુરતમાં વસવાટ કરીને દાળભાતીયા બની ગયા છે એ નજરે જોયું છે. એમ તો મદ્રાસીઓ આંબલીનું પાણી અને ભાત ખાય છે, છતાં એમના સાંધા ઝલાતા નથી, જ્યારે કાઠિયાવાડી જો આંબલી લાંબો વખત દાળ–શાકમાં ખાય તો તેમને સંધીવા થાય છે. કારણ કે મદ્રાસ તરફ ભીલામાનાં ઝાડ ઘણાં છે અને એનાં મૂળમાંથી પાણી મળે છે. ભીલામાનું મારણ આંબલી છે, અને આંબલીની ખટાશ ભીલામા ખાઇ જાય છે. અર્થાત્ ખોરાક ઉપર હવા, પાણી અને દેશની ખાસ અસર છે.

પ્રશ્ન–આંખમાં ઘેન રહે અને ઉંઘ બહુ આવે છે તેનો ઉપાય શો ?

જવાબ–યુવાનોને જો કોઇ પણ જાતનું બંધાણ ન હોય તો ઉંઘ સારી રીતે આવે છે અને વધુ પણ આવે છે. આ જમાનામાં ઉંઘ સારી મીઠી આવવી એ પ્રભુની કૃપા સમજવી. બાકી જમાનો એવો ઉદ્વેગવાળો છે કે સો માણસમાંથી પાંચ જણને સારી મીઠી ઉંઘ આવતી હશે. બાકીના તો બિચારા પાસાં ફેરવતા રહે છે. માંડ

માંડ નિદ્રાદેવી કૃપા કરે ત્યારે દિવસનાં કાળાં ધોળાં કાર્યોનાં સ્વપ્નાં ખડાં થાય. એ આ ધાંધલીઆ અને અતિ પ્રવૃત્તિવાળા જમાનાનું ફળ છે. છતાં જાગૃત સ્થિતિમાં પણ ઘેન જેવું લાગતું હોય તો સફેદ મરીનો દાણો પત્થર ઉપર ઘસીને આંખમાં આંજી લો. એક વખત આંજશો એટલે આખો દિવસ ઘેન ભાંગશે. થોડા દિવસ એમ કરવાથી અકાળે થતું સુસ્તીનું ઘેન નાબૂદ થઇ જશે. ખોરાક જરા સુકો કરી નાંખવો ને પેટ તણાય એટલું જમતું નહિ.

પ્રશ્ન—દૂધ વાયુ કરે છે તે ખરૂં ? તે કફ કરે છે ? ખોરાક સાથે દૂધ લેવાય તો કેવું ?

ઉત્તર—દુધ, વાયુ કે કફ કરતું નથી. પરંતુ વ્યાધિને અંગે ઉત્પન્ન થયેલા દોષો દુધને કફ તરફ કિંવા વાયુ તરફ ખેંચી જાય છે. દુધ તો એક ઉત્તમ અને નિર્દોષ ખોરાક છે. પરંતુ તે તાજું, શેડકઢું, ભેળસેળ વગરનું અને વાસી નહિ બનેલું લેવું જોઇએ. ભાખરી ને દુધ, પુરી ને દુધ, રોટલો ને દુધ–એવી રીતે દુધ લેવાય તો ઘણું સારૂં. પરંતુ બધો ખોરાક લીધા પછી તેની ઉપર દુધ ઘટક ઘટક પીવું એ ઠીક નથી, ખોરાક ઉપર તો છાશ પીવી સારી છે.

પ્રશ્ન—ખોરાક સાથે ઘણું પાણી પીવું જોઇએ કે પાછળથી પીવું જોઇએ ?

ઉત્તર--ખોરાકની વચમાં એકાદ બે વખત એક–બે ગ્લાસ પાણી પીવાય તેનો વાંધો નથી. પણ જમી રહ્યા પછી તેની ઉપર પેટ ભરીને પાણી નહિ પીવું જોઇએ. જમ્યા પછી અરધો કલાક કે કલાક પછી તરસ જણાય ત્યારે પાણી પીવું સારૂં છે.

પ્રશ્ન—પેસાબની જગ્યાએ ચામડી ચડતી નથી અને કાપાની જગ્યાએ સફેદ મેલ જણાય છે, તે શો રોગ છે ? મુંઝવણ થાય છે.

ઉત્તર—હરેક પુરૂષ યા બાળકને ગુપ્તેન્દ્રિયની ચામડી ખુલી થઇ કાપા સુધી ઉંચે ચઢી જવી જોઇએ અને દરરોજના સ્નાન વખતે એ કાપામાં લાગેલો સફેદ મેલ પાણીથી સાફ કરવો જોઇએ.

આ સફેદ મેલ એ કોઇ રોગ નથી પરંતુ નાકમાંથી અને આંખમાંથી જેમ એક પ્રકારનો બલગમ નિકળે છે અને શરીરસંચાલનની ક્રિયામાં એ નિકળવો આવશ્યક છે તેમ ગુપ્ત ભાગમાં આ પ્રકારનો કાપામાં સફેદ મેલ એકઠો થાય છે. હરેક બાળકને સ્નાન કરાવતી વખતે, ચામડી ઉંચી ચઢાવી એ મેલ સાફ કરતાં વડીલોએ શીખવવું જરૂરી છે. જે બાળકની અથવા યુવાનની ચામડી ઉંચે ચઢતી ન હોય તેવા બાળકની ચામડી આગળથી થોડીક કપાવી નાંખવી, જેમ મુસ્લીમોમાં 'સુનત' કરાવે છે, કે જેથી ચામડી ઉપર ચઢીને અંદરનો ભાગ સ્વચ્છ કરી શકાય. તમને જો સહેલાઇથી ચામડી ઉપર ન ચઢતી હોય તો પિતાને કહી, તેની ઉપર શસ્ત્રકર્મ કરાવવું આવશ્યક છે.

*

(૧૮૭) રમણલાલ પટેલ-અમદાવાદ

પ્રથમ આપનો પત્ર ઉતારૂં અને પછી જવાબ લખું :

'હું હમેશાં 'બહુરૂપી' વાંચું છું. મુંઝાયેલા અને દુઃખાયેલાને તમે માર્ગ બતાવો છો, એમ મને પણ માર્ગ બતાવશો ? મારી મુશ્કેલી કોઇને જણાવી નથી શકતો. માત્ર આપનો વિશ્વાસ છે.

'હું અત્યારે કોલેજના બીજા વર્ષમાં ભણું છું અને હું વર્ગમાં જરા હોંશીયાર હોવાથી આગળ પડતો ગણાઉં છું. મારા કલાસમાં એક બહેન ભણે છે. ખરેખર તેમને હું બહેન તરીકે જ જોઉં છું. પણ દર અઠવાડિએ તે બહેન તરફથી મને પોસ્ટમાં કાગળો મળે છે અને તેમાં તેઓ મને તેમની સાથે પ્રેમમાં પડવા જણાવે છે. લગભગ આવા કાગળો બે માસથી આવે છે.

'જ્યારે તેઓ મારી પાસેથી જાય છે ત્યારે મારી સામે આંખમીચામણાં કરે છે. હવે મારે આ મુશ્કેલીમાંથી શી રીતે બચવું ? એ બેન એમ લખે કે આપણે લગ્નથી નથી બંધાવું પણ એક બીજાને છુપો પ્રેમ કરવો.

'જો હું આ વાત તેણીના પિતાશ્રીને કહું તો તેઓ તો એમ કહે કે મારી પુત્રી એવી હોય જ નહિ, હું કાંઇ એવું માનતો નથી.

'એથી મારી મુશ્કેલીઓ ઘણી વધી ગઇ છે અને તેમાંથી બચવાનો ઉપાય માગું છું. આશા રાખું છું કે 'બહુરૂપી'ના અંકમાં જવાબ મળશે તો તમારો આભાર જીંદગી સુધી નહિ ભુલું અને તમારો ઋણી થઇને રહીશ.'

ઉપરનો પત્ર અક્ષરશઃ ઉતાર્યો છે. બાઇની વાત બાજુ ઉપર રાખી પ્રથમ હું આપને પૂછીશ કે એ બાઇ જ્યારે આંખમીચામણાં કરે છે ત્યારે તમે તેને જોવાનું કેમ નિભાવી લ્યો છો? જો તમોને તેની ભાવના તરફ કેવળ નફરત જ હોય તો આંખ મીલાવવાનો પ્રસંગ જ ક્યાંથી ઉપસ્થિત થાય? અમુક વ્યક્તિને આપણે આવતી, જતી, કે બેઠેલી એક ઝડપી નજરે જોઇ લઇએ અને પછી તેની તરફ જો આપણને તિરસ્કાર જ હોય તો ફરી આંખ મીલાવવાનો વખત જ નથી રહેતો.

બીજી બાબત તેના પત્રની છે. બ્હેનના પિતાને તમે મોઢેથી ફરિયાદ કરો છો અને એ આવી વાતનો ઇન્કાર કરે છે, તો પછી બ્હેનના આવેલા પત્રો તેના પિતા પાસે શા માટે રજુ નથી કરતા? લેખનપુરાવો એ એક સચોટ વસ્તુ છે.

બીજી બાજુ એમ પણ હોઇ શકે કે બ્હેનના પિતા તમારો આડકતરો મેળ સંધાવી, તમારી સાથે લગ્નથી જોડી દેવા માટે કદાચ ઇંતેજાર હોય. ભણેલ, ગણેલ, પુખ્ત ઉમરનો, સારા કુળનો અને સ્વજ્ઞાતિનો છોકરો સીધી માગણીથી કન્યાને ન મળતો હોય તો આવા ઉપાયો પણ અત્યારે મુરતીયાની ખોટવાળી જ્ઞાતિમાં અજમાવાય છે. કદાચ આ રમતની અંદર કન્યાના પિતાનો ઉંડો ભેદ છુપાયો હોય તો?

મને તો લાગે છે કે પ્રથમ એ બ્હેનને મળી તમારે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં આવી બાબત તરફ તમારો ઇન્કાર જાહેર કરવો જોઇએ

કે 'તમારા પત્રો તમારા તથા મારા વડીલો પાસે હું રજુ કરીશ. તમે એ રીત બંધ કરો. હું તમને લેશ પણ ચહાતો નથી અને તે છતાં તમે ચાલુ રાખશો તો કૉલેજના પ્રિન્સિપાલ પાસે તમને ઉઘાડાં પાડીશ.'

તમારી સાચા દિલની તિરસ્કારવૃત્તિ હશે તો આટલા ઉપાયથી તમે મુક્તિ મેળવી શકો છો. પરંતુ જો દિલના ઉંડા ખૂણામાં પણ આકર્ષણનો આનંદ ચમકતો હશે તો તમે આવું કાંઇ નથી કરી શકવાના. જે વસ્તુ પ્રત્યે સંપૂર્ણ નફરત છે તેને કોઇ પણ સામેનું પાત્ર મેળવી શકતું નથી, મેળવવા પ્રયત્ન કરી શકતું નથી. ઘણી વખત માનવીઓની હૃદયદુર્બળતાનો ઉચ્છૃંખલ વ્યક્તિઓ લાભ લઇ લે છે.

તમારા પ્રશ્નનો જવાબ જાણે કે મેં આપ્યો, પરંતુ આ પ્રશ્ન અને તેના ઉત્તરને કેટલાક વડીલ વાચકો અશ્લીલ ગણી મારા ઉપર નારાજી મોકલાવશે અથવા કદાચ તંત્રીજીની ઉપર પણ મીઠો ઠપકો લખશે કે અમારાં બાળકો આવું વાંચે તે ઠીક નહિ ! એવા વિચારના ભાઇઓને પણ સાથે જણાવવું જોઇએ કે આવી મુંઝવણ જ્યારે એક યુવાન કોઇને કહી ન શકે, નિભાવી ન શકે, તો પછી પૂછી પણ શા માટે ન શકે ? પૂજ્ય ગાંધીજી પણ આવા પ્રશ્નોના જવાબ 'હરિજનબંધુ'માં આપે છે. 'હરિજનબંધુ'ની ટપાલની ચેલીના કૉલમમાં એક ભાઇએ પ્રશ્ન પૂછેલો કે 'હું અત્યંત સ્વરૂપવાન છું અને બહાર નીકળવાથી અનેક સ્ત્રીઓ મને આકર્ષે છે, બોલાવે છે, જોઇ રહે છે, તો મારે શું કરવું ?' એનો ઉત્તર ગાંધી બાપુએ 'હરિજનબંધુ' જેવા શિષ્ટ પેપરમાં આપેલો, એનું કેમ ? મારૂં માનવું છે કે યુવાનો અને યુવતીઓને સાચા માર્ગનું દર્શન કરાવવામાં કોઇ પાપ નથી. છુપાં પાપો નિભાવવાં અને વળી ઉપરથી સિદ્ધાઇ કરવામાં જ મહા પાપ સમાયું છે.

*

(૧૮૮) કે. એ. પરમાર—જુનાગઢ

પગનાં તળીયાંમાં પાક થયેા, તેનું એાપરેશન કરાવ્યું અને એાપરેશનની જગ્યા રૂઝાઇ ગઇ. પરંતુ ત્યાં કપાસી જેવું થઇ ગયું. શું કરવું એ તમારો પ્રશ્ન છે.

એાપરેશન પછી રૂઝવવામાં આવતી જગ્યાએ બરાબર ડ્રેસીંગ કરવામાં આવે અને દરદી પણ બરાબર સાફ જગ્યા આવે ત્યાંસુધી એ માટે સારવાર લે તેા હરેક એાપરેશનવાળી જગ્યા અસલ સ્થિતિ જેવી થઇ જાય છે. પરંતુ ધુંચ પડી જવી કે બરડ ચામડી રહેવી, એ એાપરેશન કરનારની અણઆવડત કે દરદીની ઉતાવળનું પરિણામ હેાય છે. હવે એનેા ઉપાય શેા ? ડેાકટર તેા કહે છે કે ફરી એાપરેશન કરાવેા ! કરાવેા ત્યારે ભાઇ ! હું શું જાણું ? હું કાંઇ ડેાકટર થેાડા જ છું કે એાપરેશનની બાબતમાં ડહાપણ કરૂં !

*

(૧૮૯) પી. આફ્રિકાવાસી

ફુલેસ્કેપ ચાર પાનાં ભરેલેા પત્ર મળ્યેા, પત્રની શરૂઆત કરતાં લખેા છેા: 'વૈદ્યરાજ પત્ર લખતાં, હૈયું ફાટે છે, હાથ ધ્રુજે છે, આંસુ વહે છે.' ગદગદ કંઠે અરજ ગુજરતા બિરાદર ! જરા ધીરા પડેા. બાપલા ! આમ રગવાટ કરવાથી, કરગરવાથી, વિનતિએા પાઠવવાથી, તમે સારા થઇ જશેા એમ માનેા છેા ? હું કાંઇ રામચંદ્ર છું કે શલ્યાને પગ અડકાડવાથી અહલ્યા બની ગઇ, તેમ તમને હું જવાબ લખું તેથી તમે દુઃખના પહાડેા એાળંગી જશેા ? આવી હૃદયની દુર્બળતા શા માટે ? શું વહી ગયું છે ? રાત્રિ ઘણી બાકી છે, હજી વેશ ભજવવા હેાય તેટલા ભજવી લ્યો, વીરા !

અસ્વાભાવિક વીર્યપાત કરતાં શીખ્યા, શીખડાવનાર નાશી છુટયેા અને તમે એ ચાળે ચડી ગયા! જ્યારે તેથી થયેલાં દુ:ખનાં પરિણામેાનેા સાક્ષાત્કાર થયેા ત્યારે આવ્યા મારી પાસે! અને જલદી સારા થવા ઇચ્છા રાખેા છેા. પરંતુ તરસ લાગે એટલે ખેાદ કુવેા ને કાઢ પાણી, એમ શરીર સુધરતાં હશે ખરાં કે? એકાદ નુસખેા લખી નાંખું એટલે શું તમે સારા થઇ જવાના? એ વાતમાં શેા માલ છે? પ્રથમ તમારે બે મહિના તપશ્ચર્યા કરવી પડશે. બધાં વ્યસનેા બંધ કરેા, ગરમ, તીખેા, મસાલેદાર ખેારાક, ચહા બીડી, પાન, તમાકુ અને સીગારેટ બધું બંધ કરી, સાત્વિક ખેારાક, ફળેાના રસ, અને દુધ લઇ શરીરને નિર્દોષ બનાવેા. પછી આવેા મારી પાસે. 'બહુરૂપી'ના દરવાજે સાંકળ નથી વાસી. અવાજ કરશેા એટલે સાચેા માર્ગ જરૂર મળશે. આંગળી ચીંધવાનું યે પુન્ય છે, અને એ હું જરૂર ચીંધીશ. પણ પ્રથમ હું ખાત્રી તેા કરૂં કે તમે કેવા કલ્યાગરા છેા!

*

(૧૯૦) જોશી–અંજાર (કચ્છ)

અમે બહુ નાના હતા ત્યારે છેાકરાએા સાથે રમતા. એક આળવીતરેા છેાકરેા એક જુવાનને કહેઃ 'ભાઇ! મને મૂછેા ક્યારે આવશે?' પૂછનારની ઉમર હતી ચૌદ વરસની. જવાબ આપનારે કહ્યું: 'મૂછેા તેા બહુ મેાટી આવે, અને તે પણ ફાંકડી. તું મૂછની જગ્યાએ આકડાનું દુધ મારી દે. બસ જોતજોતામાં મજેની મૂછેા આવશે.' અને અમારા ભાઇબંધે એ પ્રયેાગ અજમાવ્યો. બીજે દિવસે મેાઢું થયું રાવણ જેવું. અને આઠ દહાડા ઉપચાર કર્યા ત્યારે થયેા સાજો. મૂછેા તેા ન આવી પણ ચામડી બળી ગઇ. મૂછની જગ્યાએ એને ડાઘ એવા પડયા કે, માંકડકુકડ બએ વાળની મૂછેા આવવા લાગી.

મને લાગે છે કે તમને પણ આવો જ કોઇક ઉપાય બતાવી દીધો હોય તો કેવું ? તમને શીળીના મોઢે ડાઘ છે, અને એ ડાઘ તમને બીજી રીતે તો નડતા નથી પણ એક ખાનદાન કુટુંબની કન્યા સાથે પ્રેમમાં પડયા છો (સાચો પ્રેમ નહિ વ્યભિચાર) તેમાં તમારા મિલન વખતે એ ડાઘ તમારી માશુકને અપ્રિય લાગે છે!

ધન્યવાદ, પૂછનાર ભાઇ! તમારા વ્યભિચારને પોષવા તમને હું માર્ગ બતાવું! વાહ! ભાઇ, તમારા શીળીના ડાઘ તો કદાપિ જશે. શીળી એવી ભયંકર નથી. તેણે પોતાની પાછળ મૂકેલી ડાઘ રૂપી કાળાશ તો નાબૂદ થાય છે, પરંતુ છૂપા વ્યભિચારની વદન ઉપર આવેલી શ્યામતા કેમ નિવારી શકશો—એનો ખ્યાલ છે? એમ તો તમને દાઢી ઉપર ઉગતા બાલ પણ તેને અળખામણા લાગે છે! તો પછી લોઢાના ચીમટાથી દરરોજ દાઢીના બાલ ખેંચતા રહો! યાદ રાખો, એક સમય એવો આવશે કે તમારાં કુકૃત્યનો બદલો આંસુઓનાં સરોવર ભરશો તો પણ પુરો નહિ વળે. અત્યારે તો અંધકારમાં પ્રકાશ નહિ સાંપડે, **कामांधो नैव पश्यति.**

*

(૧૯૧) કીસુમુવાસી—આફ્રિકા

પત્ર મળ્યો તમારી દીકરીને ત્રણ ચાર ચાઠાં સફેદ છે, એટલે એ કોઢ છે. તે માટે ચાલમુગરાનું તેલ તે જગ્યાએ ઘસો અને બે ટીપાં પીવા આપો. બે મહિના ચાલુ રાખવાથી આરામ થઇ જશે. આ તેલ કેમીસ્ટોને ત્યાંથી મળી શકશે. દૂધની સાથે તેલ આપી શકાય છે.

(૧૯૨) વી. પી. પટેલ—સરભાણ

પત્ર મળ્યો. તમારી પત્ર લખવાની પદ્ધતિમાં પ્રથમ તો તેના અક્ષર ઉકલે તેવા નથી. કોઇ પણ વ્યાધિ માટે સલાહ લેવી હોય ત્યારે પૂરૂં બ્યાન લખવાથી દરદનો બરાબર ખ્યાલ આવી શકે. કોઇ એક દરદનું નામ લખી નાંખ્યું એટલે અમે બધું ય સમજી જઇએ એવી દિવ્ય દૃષ્ટિ અમને પ્રભુએ નથી આપી. આ તો 'જા બીલ્લી! કુત્તેકુ માર'ની માફક સલાહ લેવાની રીત ગણાય.

તમે લખો છો કે એક દરદીને કેન્સર થયું છે. તેનો આવતા 'બહુરૂપી'માં ઉપાય લખશો. તેને ચાંદી પણ છે અને ઉપાય થઇ શકે તેમ નથી.

આ રીતે લખવાથી કાંઇ સમજ નથી પડતી. તમારો પત્ર ફેંકી દેવામાં આવે તો તમને અન્યાય કર્યો ગણાય. માટે જો તમને સલાહની જરૂર જ હોય તો હવે વિગતવાર હકીકત અને બે આનાની ટીકીટ સાથે સીધો પત્ર લખો.

*

(૧૯૩) તખલ્લુસ-મુંબઇ

પત્ર મળ્યો. 'બહુરૂપી'નાં પેજ અને મારી કલમ ઇરાદાપૂર્વક રમુજ કરવાનાં સાધન રૂપ આપ માનતા લાગો છો. વાચકોને બળવાન બનાવવાનાં કોલમો સાચા તનમનનાં દુઃખીયાને માટે છે. કેવળ લખવાને ખાતર લખાતું નથી, જરૂરીયાતને ખાતર લખાય છે, બિરાદર!

*

તમારો પ્રશ્ન : એક બાઇ આડે રસ્તે ચઢી ગઇ છે, તેને તમારે સુધારવી છે. સ્ત્રીઓને સુધારવાનો તમોએ ધંધો યા ઇજારો લીધો છે. તો તે માટે પ્રશ્ન શા માટે કરવાનો હોય ? કોઇ પણ મનુષ્યકલ્યાણના કાર્ય માટે ક્ષેત્ર ઉંઘાડું હોય છે. પડી જવું મેદાને અને કરી નાંખવો ઉદ્ધાર. જાણી જોઇને સ્ત્રીજાતિને હલકી પાડવી અને ટીકા કરવી એ મારૂં કામ નથી. સ્ત્રીઉદ્ધારક સંસ્થાઓમાં જઇને તેના સંચાલકને મળો. એ તમને સાચો અને સરલ માર્ગ બતાવશે.

*

(૧૯૪) હરીલાલ મેઘજી—માંડવી (કચ્છ)

મુંબઇથી મેલેરીયા લાગુ થયો, દેશમાં આવ્યા, મેલેરીયા ગયો પણ ટાઢ થોડીક આખા દિવસમાં આવી જાય છે. અશક્તિ આવી ગઇ છે અને ખોરાક ભાવતો નથી. વગેરે ફરિયાદો માટે આપ સલાહ માગો છો :

મેલેરીયા—જેને દેશી વૈદ્યક પિત્તજ્વર કહે છે તે જ્યારે શરીરમાંથી પૂર્ણ રીતે નાબૂદ થતો નથી ત્યારે દેશી વૈદ્યક પ્રમાણે એ જીર્ણ જ્વર થઇ જાય છે અને પછી તે અશક્તિ, મંદાગ્નિ અને ફીકાશને વધારે છે. તેને માટે પ્રથમ એક જાતની અને પછી બીજી જાતની એમ બેઉ દવાઓ લ્યો.

પ્રથમ લીલી ગળો તો. ૫, કરીયાતાની પાંદડી તો. ૨॥, ધાણા તો. ૨॥, કાળી દ્રાક્ષ તો. ૨॥, આ ચારે વસ્તુને ખાંડીને તેમાંથી દરરોજ બે તોલા રાત્રે માટીના વાસણમાં દશ તોલા પાણીથી ભીંજવી મૂકો.

અતિવિષની કળી તો. ૫ લાવી તેને તાવડી ઉપર જરા શેકી લ્યો. તેની સાથે પાંચ તોલા કાંચકાનાં મીંજ શેકીને મીલાવી દઇ બન્નેને ખાંડી પાઉડર કરી રાખો.

સવારમાં એ પાઉડરમાંથી એક વાલ (૬ ગ્રેન) પાઉડર જીભ ઉપર મૂકી માટીના વાસણમાં પલાળી રાખેલું હીમ ચોળી ગળી લઇ

તેમાંથી અરધું પાઉડર ઉપર પી જાઓ. અને સાંજે પણ એ જ પ્રમાણે એ પાઉડરનું પડીકું અને પલાળેલું હીમ પીઓ. બીજે દિવસે નવું પલાળો અને પીઓ. બરાબર ૨૧ દિવસ આ પ્રમાણે દવા લ્યો. મેલેરીયાનું રગેરગમાં રહેલું વિષ નાબૂદ થઇ લીવર, બરલ સુધરી જશે, ખોટી ગરમાઇ નાબૂદ થશે, પેશાબ સાફ આવશે, શરીરનો તપારો અને ઠંડી લાગવી તદ્દન નાબૂદ થઇ જશે.

ત્યારબાદ જીવન (ચ્યવનપ્રાશ અવલેહ) તો. ૧ માં સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૩ મેળવી સવારમાં ચાટો અને સાંજે પણ એક તોલો જીવન અને ત્રણ રતી વસંતમાલતી ચાટો. પાછળથી એક મહિનો આ દવા લ્યો. શરીર મજેનું થઇ જશે, તાવ, મેલેરીયા અથવા મેલેરીયામાં લીધેલા ક્વીનાઇનની ગરમાઇ, તાવને અંગે વિકૃત થયેલાં કીડની, લીવર, બરલ, વગેરે સુધરી શરીર સંપૂર્ણ નિરોગી બનશે, ખાવામાં મીઠાઇ અને ભારે ખોરાક બંધ કરશો. દૂધ, મોસંબી છુટથી લઇ શકાય બ્રહ્મચર્ય અવશ્ય પાળજો.

*

(૧૯૫) નવીનચંદ્ર હીંમતલાલ-મુંબઈ

દુનિયાના પાંચે વિષય-શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, ગંધ, એ મર્યાદિત રીતે સેવવામાં આવે તો જ સારૂં છે. અધિક પ્રમાણમાં દુ:ખરૂપ અને વિનાશ કરનારા છે. વિષયભોગની અતિશયતાથી તમારી ફરિયાદો ઉભી થયેલી છે.

દૂધ અને કેરીનો પ્રયોગ એકાદ મહિનો કરો અને પૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય પાળો. શરીર વળશે અને ફરિયાદો નાબૂદ થશે. પ્રયોગ કરવામાં કોઇ મુસીબત નથી. અનાજ છોડી દૂધ અને કેરી લેવી. વિગતવાર માહિતી પ્રયોગની જોઇએ તો માહિતીપત્ર છાપેલું આમ્રપ્રયોગનું મળશે, મંગાવી લેવી.

*

(૧૯૬) આફ્રિકાના મહેતાજી

આફ્રિકાના એક મહેતાજી પત્ર લખીને પોતાના પ્રશ્નોનો સીધો ઉતર માગે છે. એમનો ઉત્તર એમને આપી પણ દીધો છે, છતાં તેમના પ્રશ્નો પૈકીમાં બે પ્રશ્નો વિચારવા જેવા છે.

એક પ્રશ્ન એમનો એ છે કે તેઓ કોઇની સાથે હળીમળી રહી શકતા નથી, બધાથી અતડા અતડા જ રહે છે. બોલવું, હસવું, ચાલવું, વાંચવું, વિચારવું, ખાવું, અને ગમત કરવી એમાં કોઇનો સાથ એમને ગમતો નથી.

બીજો પ્રશ્ન એ છે કે તેઓ બધાની સામે શંકાની નજરથી જ જોયા કરે છે. મારૂં વાકું બોલતો હશે, મારી ટીકા કરતો હશે, મારૂં ખોદતા હશે, મારી સામે તીરછી નજરથી જુએ છે, હું ચાલું છું ત્યારે મારી સામે જોઇ રહે છે, એટલે મારે માટે એને કંઇક હલકો ભાવ છે. આવી ભાવના તેઓ હમેશાં સેવે છે.

આવા માનસનાં માણસો મેં તો ઘણા જોયા છે અને વાચકોએ પણ ઘણા ય જોયા હશે. તેમનાં દીવેલ પીધેલાં મ્હોં જુઓ તો હમેશાં રોગવાળાં જ જણાઇ આવે છે. તેમનું દિલ હમેશાં ઉંદરની માફક તેમનું જ કલેજું કોતરી ખાતું હોય એમ આપણને લાગે છે.

આવા માણસો બે પ્રકારના હોય છે: એક તો તેઓ બરાબર સમજણમાં આવ્યા પછી 'પોતે કાંઇક છે.' એવો અહંભાવ એમના દિલમાં પેદા થાય છે. પછી એ ભલે 'કાંઇક' હોય. એમને એ અહંભાવ સ્વાભાવિક રીતે માન મેળવવા પ્રેરે છે અને તેથી બીજા ઉપર પોતાનો પ્રભાવ પાડવા એ અક્કડ રહેવા લાગે છે. જેમ જેમ એ અક્કડ રહેતા જાય છે તેમ તેમ દુનિયા તેમનાથી દૂર જતી જાય છે અને એ એકલપેટા થઇને ફરે છે. પછી તો તેઓ બીજાને માટે

શંકાઓ કરે છે. અને એ શંકાઓ એમને ડગલે ને પગલે પ્રગટતી રહે છે. અને પછી તો હમેશની એમની એ ટેવ રૂઢ બની રહે છે. વનમાં રહેતા મૃગલાની માફક એ શૂન્ય આત્મા નથી આનંદ લઈ શકતો, નથી કોઇને આનંદ આપી શકતો.

બીજા પ્રકારના માણસો પોતાની પુષ્કળ ઉણપો અને ન્યૂનતા આપમેળે વિનાકારણે માની બેઠા હોય છે. એટલે તેમના હૃદયમાં એક ડર એ હોય છે કે હું બોલીશ અને જૂઠો ઠરીશ? હું ચાલીશ અને પગ આંટીએ વળશે? હું જે પહેરીશ તે મને નહિ શોભતું હોય? હું જમીશ, ત્યારે વધુ અકરાંતીયો ગણાતો હોઇશ? આવી શંકાઓની પરંપરાથી એમની જીવનપ્રવૃત્તિ, આહ્લાદ અને ઉલ્લાસ સંકોચાતાં જઇને સુકાયેલી ખાખટી (આંબાના નાના મરવા) જેવાં બને છે. એવાની પ્રવૃત્તિઓ એટલી મર્યાદિત અને સંકુચિત રહે છે કે એ ઉન્નતિ કરી શકતા નથી અને જીવનની ઉંચી ટોચે જઇ શકતા નથી.

જગત એ અભ્યાસની નિશાળ છે. જો માનવીઓ દ્વિરેફ (ભ્રમર)ની માફક પુષ્પ પુષ્પમાંથી પરાગ ગ્રહણ કરતાં શીખે અને તેમાંથી મધુ નિપજાવે તો તેની મધુરતા કેટલી ઉંચી હોય? જ્યારે સુતરના ત્રાગો એકબીજાથી ભેળવાઇ જાય છે ત્યારે જ તેમાંથી કપડું તૈયાર થઇ શીત-ઉષ્ણતા સામે રક્ષણ કરી શકે છે અને શરીરને શોભાવી શકે છે. એમ જ્યાંસુધી માનવી સમાજમાં ભેળાઇ જતો નથી, લીંબુનું પાણી બનતો નથી, ત્યાંસુધી તે એકલો અને અતડો જ રહે છે. મહાત્મા તુલસીદાસે ઠીક જ કહ્યું છે:

'તુલસી યહ સંસારમેં ભાત ભાત કે લોગ,
સબસેં હીલમીલ ચાલીએ નદી નાવ સંજોગ.'

ખરી રીતે તો માનવી માત્ર અંતકાળ સુધી અધૂરો જ રહે છે. એ જેમ જેમ અનેક મનુષ્યોનો સહવાસ કરતો જાય છે, ગુણગ્રાહી બનતો જાય છે, તેમ તેમ તેનામાં ગુણની વૃદ્ધિ થતી રહે છે.

ખોટી અહંતા અથવા ઉણપના ભયથી જ્યારે અતડાઇ રાખવામાં આવે છે ત્યારે તેનું દિલ એક ખાબોચિયા જેવું સંકુચિત અને ઓછા જળવાળું જ રહે છે; પરંતુ સાગરપેટ બની વિશાળ દષ્ટિથી તે વધતો જાય છે ત્યારે જ તેને આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે.

શંકા માણસને બાવરો બનાવી આપે છે. એક વાર્તા કહું; મને લાગે છે કે એ હશે કલ્પિત, પરંતુ રમુજી છે એટલે આપું છું:

એક વાણીયાભાઇ એક રાત્રિએ સુતરથી વણેલી પાટીના ખાટલા ઉપર સુતેલા. અરધી રાત્રિનો સમય હશે અને જાગ્યા એવી જ હાક મારી: 'અલી! સાંભળે છે કે? ઉઠ અને દીવો સળગાવ.'

'પણ શું છે? અત્યારેય જીવને જંપ નથી! રાતના બાર વાગ્યા છે.'

'ભલે બાર શું તેર વાગ્યા હોય! પણ દીવો સળગાવ અને સાંભળ: મારા ખાટલા નીચે સીસમના પાટીયાનો ઇસ્કોતરો (પીતળથી મઢેલી પેટી) પડયો છે. તેમાંથી સવારે શાક સુધારવા ચપુ કાઢેલું તે વાસ્યા વગરનું અંદર ઉઘાડું રહી ગયું છે. માટે ઇસ્કોતરો ઉઘાડી, ચપુ વાસીને મૂકી દે.'

'અને ઉઘાડું રહી જાય તો શો વાંધો છે?' તેમની પત્નીએ કહ્યું.

'શો વાંધો છે! લે રાં...ઘેલસાગરીની છે ને! આ હું સુતો છું ત્યાંથી ખાટલો તુટે અને પેટી ઉપર પડું, પેટી ભાંગે અને તેમાં ઉઘાડું ચપુ ઉભું થઇ જાય તો મારા વાંસામાં ગરી જઇ મારૂં મૃત્યુ થાય ને! એ વિચારે મને ઉંઘ નથી આવતી. માટે ઝટ કર, જલદી પેટી ખોલીને ચપાને વાસી દે.'

સુનાર માણસના વજનથી ખાટલો તુટે જ નહિ. કદાચ તુટે તો પણ પીતળની ચીપોથી મઢેલી સીસમની પેટી માણસના વજનથી ભાંગી ભુકો થાય નહિ. અને થઇ ગઇ તો પણ ચપું આડું પડેલું તે ઉભું થઇ વાંસામાં ભોંકાય નહિ. છતાં વાણિયાને તેની એ ચિંતા

કે વહેમે ઉંઘ ન આવે એ પણ એક મનુષ્યસ્વભાવ. તેમાં કદાચ અગમચેતી કહેા, તેા પણ હું તેા આવા વિચારને વહેમનું સ્થાન આપું છું. એમ તેા હમણાં મુંબઇમાં મને એક ભાઇ કહેતા હતા કે જુનાગઢ તરફના એમના એક સ્નેહી મુંબઇ જોવા આવ્યા, પણ ત્રણ ત્રણ માળ અને પાંચ પાંચ માળનાં મેાટાં મકાનેા જોઇને તે એવેા ભય પામી ગયા કે એ રાત્રિએ મુંબઇમાં સુતા નહિ. પરંતુ તેમને વસઇ લઇ જઇ એક નાના મકાનમાં સુવરાવવા પડયા. એ કહેતા હતા કે ઇંટેાથી ખડકેલાં તાડ જેવાં આ મકાનનેા ભરેાંસેા શેા ? ગબડી પડે તેા, મારા બાપ ! મારે નથી રહેવું મુંબઇમાં !

અને મારા એક બીજા મિત્રની વાત કહું. જાતે બાહેાશ, બુદ્ધિમાન, વિચારક અને હિંમતવાન છે. પણ તેમનેા સ્વભાવ ગમે તે કારણે વહેમી, શંકાશીલ અને કાંઇક ડરપેાક બની ગયેા છે. તે ટ્રેનમાં બેઠા હેાય અને સાબરમતી, મહી, નર્મદા કે તાપીના મેાટા પૂલ પર ગાડી આવે કે તુરત જ તેમના મનમાં શંકા જાગે કે ગાડીના ભારથી પૂલ તૂટે ને ગાડી નદીમાં જઇ પડે તેા ?

વળી મુંબઇ—અમદાવાદ જેવા શહેરમાં ફુટપાથ ઉપર ચાલતા હેાય ને સામેથી કે પાછળથી મેાટર આવતી હેાય ત્યારે તેમના મનમાં શંકા રહ્યા જ કરે કે ડ્રાઇવર કાબૂ ગુમાવી દે અને મેાટર ફુટપાથ ઉપર ચડી તેમની ઉપર ધસી આવશે તેા ?

જો કે એથી તેમને કશેા ડર લાગતેા નથી, તેમજ તેમની ક્રિયા કે કાર્યમાં કશેા અંતરાય પડતેા નથી. પરંતુ તેમના સ્વભાવમાં રહેલા આ વહેમ અને શંકા નાબૂદ થતાં નથી.

હું તેા માનું છું કે માણસે મિથ્યા વહેમ કે શંકાને વશ નહિ થતાં તેનું નિરસન કરવું જોઇએ. બાકી જગતમાં કેાઇ નાનેા નથી, કેાઇ મેાટેા નથી, પ્રભુના દરબારમાં સહુ સરખા જ છે.

*

(૧૯૭) નિરાશ બ્હેન—આકોલા

બ્હેન, નિરાશ થવાનું કશું કારણ નથી. તમારી ઉંચાઇનું માપ જોતાં તમને ઠીંગણાં તો ન જ કહી શકાય. તમારા પતિદેવ વધારે ઉંચાઇવાળી પત્નીને પસંદ કરે છે એ જાણીને પણ આશ્ચર્ય થાય છે. અમે એવાં અનેક જોડાં જોયાં છે કે જેમાં પતિ છ ફીટ કે તેથી વધારે ઉંચો હોય, જ્યારે પત્નીની ઉંચાઇ પાંચ ફીટની અંદર હોય. એમ છતાં તેમની વચ્ચે એ કારણે કલહ કદિ પણ થયો નથી. તાડ સમી ઉંચાઇ એ કાંઇ સૌંદર્યનું ચિહ્ન તો નથી જ.

છતાં તમે પ્રયત્ન કરો તો તમારી ઉંચાઇમાં વધારો કરી શકો છો. રોજ એક કલાક સુધી નિયમિત રીતે તમારા અંગુઠા પર ચાલવાનું રાખો.

ઉંચે છતમાં કડું હોય તે બે હાથ વડે પકડીને નીચે જમીન તરફ શરીર લંબાવી, જમીનને તમારા પગ અડે તેવી કસરત કરો.

કદિ પણ કેડેથી શરીર નહિ વંકાવતાં બને તેટલાં ટટ્ટાર રહીને ચાલો.

પાટ અથવા એવી કઠણ વસ્તુ પર પથારી પાથરીને તેની પર સૂવાનું રાખો, પાટી કે કાથી ભરેલા ખાટલામાં ન સૂવો. આટલું કરશો તો ચાર-છ મહિનામાં ત્રણેક ઇંચ જેટલી ઉંચાઇ જરૂર મેળવી શકશો. એથી વધુની આશા ન રાખો.

બ્હેન ! તમારો શ્વાસ ગંધાય છે, તેનાં બે ત્રણ કારણ હોઇ શકે: (૧) દાંત બરાબર સાફ ન કરતાં હો, ઉલ ન ઉતારતાં હો, તેથી. (૨) જઠર મંદ હોય, પાચનક્રિયા બરાબર ન હોય, પેટમાં પવન થતો હોય તેથી પણ શ્વાસ ગંધાવાનો સંભવ છે. (૩) શરીરમાં લોહી બગડેલું હોય એથી પણ કોઇ વાર શ્વાસમાં દુર્ગંધ મારે છે.

કોઇ સારૂં દંતમંજન દાંતે ઘસો, બાવળનું દાતણ કરો, જમ્યા પછી મીઠાના કોગળા કરો, તે વખતે પણ થોડું દંતમંજન ઘસો. ઉલ હમેશાં ઉતારો, દાંત–મ્હોં સાફ રાખો. હલકો, જલ્દી પચે તેવો ખોરાક લ્યો. આટલું કરશો તો થોડા સમયમાં જ તમારો શ્વાસ ગંધાતો બંધ થઇ જશે, તમારા પતિદેવને કંટાળો નહિ આવે. 'બહુરૂપી'માં 'પુત્રદા ને પારણું'ની લેખમાળા ચાલેલી. તેમાં પણ એ વિષે કેટલીક ચર્ચા કરી છે. એ પુસ્તકાકારે પ્રગટ થયેલ છે. એ જરીક ધ્યાનપૂર્વક વાંચી જશો તો તેમાંથી ઉપયોગી સલાહ મળી રહેશે. નિરાશ શા માટે થવું ? યાદ રાખો કે 'કંઇ લાખો નિરાશામાં અમર આશા છુપાઇ છે.'

*

(૧૯૮) ટાઇપીસ્ટ–ખંભાત

કોઇ પણ જાતનું વ્યસન નથી છતાં ખાંસી આવે છે, અને ખાંસી ન હોય તો પણ કફ પડે છે, એ માટે ઉપાય પુછાવો છો.

ખાંસી સાથે કફ હોય ત્યારે સીતોપ્લાદિ ચુર્ણ રતી ૩, અગ્નિરસ રતી ૧॥, સાબરશૃંગ ભસ્મ રતી ૧॥, પ્રવાળભસ્મ રતી ૧॥, ભોરીંગણીનાં મૂળનું ચુર્ણ રતી ૧ તેનું એક પડીકું.

આવાં પડીકાં દિવસમાં ત્રણ વખત લ્યો, એટલે ખાંસી અને કફ બંધ થઇ જશે. ખાંસી મટી ગયા પછી પણ કફ રહે તો અભ્રકભસ્મ રતી ૧॥, મલસિંદુર રતી ૧, સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૧, સોમનાથી તામ્રભસ્મ રતી ०॥–એક પડીકું.

આવાં પડીકાં દિવસમાં બે વખત મધ સાથે લ્યો. ખાંડ અને ખટાઇ ખાવી નહિ, દિવસે સુતું નહિ, જમીને દિવસે સુઇ રહેનારને ખોરાકની રસક્રિયામાંથી કફ થાય છે.

*

(૧૯૯) આશા–મુંબઇ

પત્ર મળ્યો ભાઇ ! તમારા બે પ્રશ્નો છે : પેશાબ કરી લીધા પછી અને ઉઠયા પછી પાછળથી ધોતીયામાં એકાદ બે ટીપાં અથવા પાંચેક ટીપાં મૂત્રનાં પડે છે. બીજો સ્વપ્નદોષનો.

પેશાબની હાજત હરેક તંદુરસ્ત માણસને મૂત્રપિંડમાં અમુક જથ્થો પેશાબનો એકઠો થયા પછી થાય છે અને જ્યારે હાજત થાય ત્યારે ગમે તેવા કામને પડતું મૂકી માણસ હાજત પુરી કરી આવે છે તો એ અવયવોને કોઇ તકલીફ પડતી નથી. પરંતુ એ હાજતને રોકવામાં આવે છે, એટલે પેશાબની હાજત માટે જ્ઞાનતંતુએ મગજને ખબર આપવા છતાં તેને રોકી લેવાની ટેવ હોય છે, અને એ ટેવ ઘણા વખત સુધી ચાલુ રાખવામાં આવે છે ત્યારે તે તે અવયવો વિકૃત થઇને સુસ્ત બને છે. તેની સંકોચ–વિકાસની ગતિ મંદ અને શીથીળ બને છે. અને આ કારણે પેસાબના મૂત્રાવરોધ અને મૂત્રાઘાત જેવા વ્યાધિ થાય છે. પછી કટકે કટકે અને ઇચ્છા વિરૂદ્ધ પણ પેશાબ નીકળી આવે છે.

કેટલીક વખત એવું પણ જોયું છે કે લઘુશંકા કરનાર વ્યક્તિ નિરાંતે લઘુશંકા કરતી હોતી નથી. જેમ દરેક ક્રિયામાં ઉતાવળ અને રઘવાટ હોય છે તેમ લઘુશંકા કરવા બેઠા પછી પુરેપુરો પેસા-બનો નિકાલ થઇ જાય, અવશેષ એક બુંદ પણ ન રહે, ત્યાંસુધી ઠંડા કલેજે બેસીને નિકાલ કરતા નથી. પરંતુ દોડાદોડ કરી ઝટ ઉભા થઇ જાય છે. પછી બે ચાર બુંદ નળીની અંદર પેશાબ ભરાઇ રહ્યો હોય તોય તેનો કપડામાં નિકાલ થઇ જાય છે. આપણી ઉદ્યોગશીલ હિંદુજાતિ આ બાબતમાં બહુ બેપરવા જોવામાં આવે છે. પાછળથી બેચાર બુંદ પેશાબનાં કપડા ઉપર જાય તેની તેમને આભડછેટ જેવું નથી હોતું, એટલે એમ થવા દે છે.

આ બાબતમાં મુસ્લીમ કોમ વધુ તકેદારી સાચવે છે, તેમાં પણ નમાજી મુસ્લીમ ભાઇઓ તો પેશાબે જતાં સાથે મટોડી, ઇંટ

કે પથ્થરનો ટુકડો લઇને પેશાબનો યદકિંચિત અવશેષ ભાગ પણ કપડા ઉપર ન લાગે તેની પુરતી કાળજી રાખે છે, અને છેવટનું એકાદ બુંદ એ બીજા કોઇ પદાર્થ ઉપર ઝીલી લઇને પણ કપડાને મૂત્રસ્પર્શ થવા દેતા નથી. એક રીતે એ કાંઇ ખોટું નથી. ધર્મની બાબત આપણે નજર સામે ન રાખીએ તો પણ મળ મૂત્ર એ ત્યાગવા યોગ્ય વસ્તુ હોઇ કપડા સાથે તેનો સ્પર્શ અનિચ્છનીય છે. આપને જો ઉતાવળના કારણે આવું થતું હોય તો શાંતિથી પેશાબનો નિકાલ કરવાની ટેવ પાડશો. પરંતુ જો મૂત્રનળીના સંકોચને કારણે થતું હોય તો ગોક્ષુરાદિ ગુગળ બબે ગોળી દરરોજ પાણી સાથે ગળી જશો. સવારમાં ચંદ્રપ્રભા ૨ ગોળી અને સાંજે ગોક્ષુરાદિ ૨ ગોળી લેવાનું રાખો. એટલે મારૂં માનવું છે કે સ્વપ્નદોષ અને પેસાબનો દોષ બન્ને સુધરી જશે.

*

(૨૦૦) પીડાતો પાટીદાર

પૂત્ર મળ્યો. સંયમી જીવન હવે ગાળો અને દરરોજ કૌચા તો. ૨ ની ઉપરથી છીલટાં ઉતારી તેને ખાંડી નાંખી, દશ તોલા દૂધ, બે એલચીદાણા અને એક તોલો સાકરમાં રાબડી બનાવી સવારમાં લ્યો. બપોરે ભૂખ લાગે ત્યારે ભોજન લ્યો. એક મહિનો આ પ્રયોગ કરો.

પ્રયોગ ચાલતો હોય ત્યારે હરડે તો. ૧૦ અને કાળી દ્રાક્ષના ઠળીઆ કાઢી નાંખીને તોલા દશ સાથે મેળવી ભુકો બનાવી રાખી મૂકો. દરરોજ રાત્રે તેમાંથી પાવલીભાર સાદા પાણી સાથે ફાકો. આ રીતે બે ત્રણ મહિના સુધી કરવાથી ખોટી ગરમાઇ અને તેના અંગે થતા ખીલ નાબૂદ થશે, અસ્વાભાવિક રીતે ખરચેલી ધાતુ ભરાશે અને શરીર સારૂં થઇ જશે.

*

(૨૦૧) કુંદન-કરાચી

ખોટી ગરમાઇ માટે આપ નીચેનો ઉપાય કરો. કાળી દ્રાક્ષ તો. ૧, ધાણા તો. ૧, ખડસલીયો તો ૧, વાળો તો ૧, એ ચારે ચીજોને રાત્રે પાંચ તોલા પાણીમાં પલાળી સવારે ચોળીને ગળી લ્યો અને પી જાઓ. બપોરના થોડા આંબળાના મુરબ્બાની સાથે અરધો તોલો મલાઇ મેળવી તેમાં ચાંદીના વરખનો અરધો ટુકડો તથા ત્રણ રતી ગળોસત્ત્વ મેળવીને ચાટી જાઓ. એ જ રીતે સાંજે પણ લ્યો. બધા પ્રકારની ખોટી ગરમાઇ નાબૂદ થશે, બગલમાંનો પસીનો નાબૂદ થશે. અથાણાં, મરચાં, ઇત્યાદિ ગરમ ખોરાક છોડી દેજો.

*

(૨૦૨) ભરૂચથી લખનાર દુઃખી ભાઈ

નનામા પત્રોને જવાબ નથી આપવામાં આવતો. કૃપા કરી ટીકીટો બગાડશો નહિ. પુછાવવાની ઇચ્છા થાય તો પુરા નામ-ઠામ ઠેકાણાંથી મુદ્દાસર પુછાવો.

*

(૨૦૩) આશાવાદી મુંબઈ

તમારે પણ ઉપરના જવાબ તરફ ધ્યાન ખેંચવામાં આવે છે.

*

(૨૦૪) નરહરિભાઇ

પત્ર મળ્યો. તમારી માગણી ખરેખર આશ્ચર્યજનક છે. તમારી ઇચ્છા પુરૂષત્વથી હીન બનવાની છે! અર્થાત્ કામેચ્છા જાગૃતિમાં જ ન આવે એવો ઉપાય માગો છો.

તમારૂં માનવું એવું છે કે ગુપ્ત ભાગને જો લૂલો બનાવી દેવામાં આવે તો વાસનાઓ ટળી જાય! પરંતુ એ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. વાસનાનું સ્થાન ગુપ્ત ભાગ નથી, પણ તેની ઉત્તેજનામાં કારણ રૂપ તો માનવીનું મન છે. ચંચળ મન સંકલ્પથી સિદ્ધ કરેલા વિચારો દ્વારાએ જ વાસના પ્રેરે છે અને એ વાસના ગુહ્યભાગને સાધન બનાવે છે. જો મનને વશ કરવામાં આવે તો અન્ય ઇંદ્રિયો સ્વતંત્રપણે કંઇ કામ કરી શકતી નથી.

પરંતુ આવી વાતોથી તમને કોઇ લાભ નથી. તમને તો નપુંસક બનવું છે ને? વારૂ, લ્યો ત્યારે—

લીંબડાનો કોલ–ફુલ તો. ૧૦, કેળના રસને ઉકાળી, બાળીને તૈયાર કરેલું ઘન તો. ૧૦, પોટાશ બ્રોમાઇડ તો. ૨ સર્પગંધા તો. ૧.

ઉપરની સઘળી વસ્તુને લીંબડાના રસમાં ઘુંટી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળો. બબ્બે ગોળી સવાર સાંજ પાણી સાથે લ્યો. ઘી, મલાઇ, માખણ, મસાલા ખાઓ નહિ. જુવારનો રોટલો અને તાંદળજાની ભાજીનો આહાર કરો. રાત્રિએ કપડાનો કકડો ઠંડા પાણીમાં બોળી ગુપ્ત ભાગ ઉપર મૂકી રાખો. પંદર દિવસ કે એક મહિનો કરો. સ્નાયુ ઢીલા થઇ જશે, ઉત્થાન નાબુદ થઇ નપુંસકતા આવશે અને એની સાથે નાહિંમત પણ બનશો જ. આપની ઇચ્છા પ્રમાણે કરી શકો છો.

પરંતુ એથી તમારી મનની ચંચળતા નાબુદ થાય એમ સમજશો નહિ. મનને તમે ઓળખી શકતા નથી. એને ઓળખવું એ મદારીનો ખેલ નથી. મનને વશ કરનાર તો વીરલા હોય છે. શાસ્ત્રમાં એક સૌભરી ઋષિની કથા છે. બિચારા તમારી માફક કંટાળ્યા જ હશે ના! સમુદ્રના તળીએ જઇને સાઠ હજાર વર્ષ સુધી તપશ્ચર્યા કરી. અચાનક આંખ ઉઘાડી અને માછલી–માછલાનો સમાગમ નિહાળતાં કામવાસના જાગી અને પછી તેઓ એકી સાથે એક રાજાની સો કન્યા સાથે પરણ્યા! બિરાદર! એ કથા કહેનારે કદાચ અતિશયોક્તિ કરી હોય પણ જ્યારે આજના જીવનના સાચા ઉકલને ઉકેલીએ છીએ ત્યારે અંદરથી આવાં જ પડ નીકળી આવે છે. એ પડો ઉપર પડેલા અક્ષરો આંતરિક ચશ્માં પહેરી શકનાર વાંચી શકે છે.

*

(૨૦૫) મહાશય મ.—અમદાવાદ

નસકોરી ફુટવી એ મગજ ઉપર ગરમાઇ થવાથી બને છે. ગરમ ખોરાક ખાવાથી, ગરમ દવાઓથી અને ગરમીમાં ફરવાથી પણ નસકોરી ફુટે છે.

ઉપાય તો સીધો તાળવા પર પાણી છાંટવાનો છે. ત્યારપછી પાણીમાં શેવાળ નામની વનસ્પતિ થાય છે તે માથે બાંધવાથી, બરફ મૂકવાથી—આવા ઉપચારથી બંધ થઇ જાય છે. ત્યારબાદ ફરીને નસકોરી ફુટે નહિ તે માટે શીતળ વસ્તુઓ—આંબળાં, ગળો, દ્રાક્ષ, સાકર, લીંબુનું શરબત, દાડમનું શરબત, મોસંબી, ખસનું શરબત, વગેરે લેવાથી નસકોરી બંધ થઇ જઇને ફુટતી નથી.

બીજા તમારા પ્રશ્નો બાળકો જેમ પતંગ ઉડાડે અને રમુજ કરે તેવા અર્થહીન અને બાલીશતાવાળા છે. કેળાપ્રયોગ, કેરીપ્રયોગ

કેમ કરવા તે માટે સીધાં માહિતીપત્રો મંગાવશો તો મળી જશે. તમને દિલગીર થવા જેવું તો લાગશે કે તમારા પ્રશ્નોનો ઉત્તર મેં તમને સંતોષ આપનારો નથી આપ્યો. પરંતુ મને સમજાતું નથી કે તેનો ઉત્તર શો આપવો ? તે પૈકીનો એક પ્રશ્ન 'પુરૂષોને સ્ત્રીની માફક સ્તનની દીંટડીઓ છે, તેનો ઉપયોગ શો અને પુરૂષશરીરમાં તે શા માટે આપી છે ?' મને સમજ પડતી નથી કે આનો ઉત્તર શો આપવો ? જો શરીરની રચના કરનાર કોઇ વખત મળે તો તેને પૂછી જોઉં કે પુરૂષને દીંટડીઓ કેમ આપી છે ? અને પછી તમને જણાવીશ. કદાચ જો તમને પહેલી ખબર મળે તો મને લખશો કે જેથી તમારા જેવા બિરાદર કદાપિ પૂછે તો જવાબ આપવા થાય.

*

(૨૦૬) જુગલકીશોર

ભાઇ, બહુ ઉતાવળીઆ તમે તો ! મંગળવારે આપનો પત્ર મળ્યો અને આવતા ગુરૂવારે 'બહુરૂપી'માં જવાબ માગો છો. એટલું જ નહિ પણ એ માટે દબાણ એવું કરો છો કે જાણે હું જવાબ આપું છું, એટલે કેમ તમને મેં ગુલામીખત લખી આપ્યું ન હોય ! મંગળવારે પત્ર મળે અને મંગળવારે સાંજે તો 'બહુરૂપી' તૈયાર થઇને રવાના થઇ જાય છે, એની તમને ખબર નહિ જ હોય ? કદાપિ બે દિવસ વહેલો પત્ર મળ્યો હોય તો પણ તેનો જવાબ લખાય, રાણપુર જાય, ટાઇપોમાં ગોઠવાય, છપાય અને ટપાલમાં પડે ત્યારે તમે વાંચી શકો. અહીં કોઇ એવું યંત્ર નથી કે સ્વીચ દબાવતાની સાથે તમારો ઉતર 'બહુરૂપી'માં છપાઇ જાય. જરા ધીરા થાઓ વીરા ! ઘોડાની લગામ જરા તાણી ઝાલો. નહિ તો પડી જવાશે. ઉતાવળો આથડી પડે છે એ તમે જાણો છો ને ?

*

(૨૭૦) એક બહેન–મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, બહેન ! તમારાં છેલ્લાં વાકયો પ્રથમ યાદ કરૂં છું: તમે લખો છો કે તમારા કુટુંબમાં વૈદ્યો ઉપર વિશ્વાસ નથી અને ડાકટરોથી તમે સારાં થતાં નથી. એટલે તેનો ઉપાય અને દુઃખમુક્તિ મારી પાસે માગો છો.

બહેન ! વૈદ્યો ઉપર વિશ્વાસ નથી બેસતો એ કેવળ તમારા કુટુંબનો દોષ નથી. મધ્યયુગ એવો પણ આવી ગયો કે જેમાં અર્ધદગ્ધ, બિનસંસ્કારી અને અશિક્ષિત વર્ગ વૈદ્ય તરીકે એટલો ઉભરાઇ નીકળ્યો કે એથી જનતાને વૈદ્યોનો કડવો અનુભવ થવા લાગ્યો. બીજી તરફથી વિદેશી વિજ્ઞાને પ્રત્યક્ષ પુરાવા સાથે અને ચળકતાં હથિયારો સાથે નવી થીયેરી રજુ કરી. એટલે ગરમ દુધથી દાઝેલો છાશ પણ ફુંકીને પીએ તેમ અમુક વર્ગને વૈદ્યના નામથી જે સુગ થઇ ગયેલી તે હજી પણ જોવામાં આવે છે. પરંતુ જમાનો પલટાઇ ગયો છે. વૈદ્યો પણ હવે પદ્ધતિસર આયુર્વેદિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને જનતાનો વિશ્વાસ સંપાદન કરવા લાગ્યા છે. એટલે આપનાં કુટુંબીઓએ સમજવું જોઇએ કે જ્યારે એલોપથીની વરસોની સારવાર અને ઉપચારથી સારૂં નથી થતું તો પછી દેશી ઉપાયો અને સારવાર શા માટે ન કરવાં જોઇએ ? એક વાર અખતરા તરીકે પણ પ્રયત્ન કરવો જોઇએ.

તમારી ફરિયાદોનો સરવાળો કરીએ તો ત્રણ હકીકત સ્પષ્ટ તરી આવે છે: (૧) તમારૂં શરીર મેદવાળું બનતું જાય છે. (૨) તમારી શારીરિક શક્તિ નબળી બનીને કેડાની ફરિયાદ ખૂબ જ રહે છે. (૩) તમને રાત્રિભર મીઠી ઉંઘ નહીં આવતાં સ્વપ્નાવસ્થામાં જ પસાર થાય છે. આને અંગે ઓપરેશનો, ઇંજેકશનો, વગેરે ખૂબ

કરાવી થાકી ગયાં છો અને કંટાળી ગયાં છો. હવે તમારૂં દિલ ચહાય છે કે તમારે દેશી ઉપચાર કરવા. એમજ ને? બહુ સારૂં. તમારા શરીર સંબંધી વિચાર કરતાં પ્રથમ તો એક વાત ચોક્કસ સમજાય છે કે તમારૂં શરીર ફુલતું બંધ થઇ જવું જોઇએ. એટલે શરીર ઉપર જે મેદ ખડકાઇ રહ્યો છે તે મેદ વધતો બંધ થાય અને શરીર ઘટી જાય એવા ઉપાયની પ્રથમ તમને જરૂર છે.

મેદ ઘટાડવા માટે તમે અમુક પેટંટ દવા જેનું અહીં નામ આપવાની જરૂર નથી તે લીધી હતી, છતાં મેદ ઘટતો નથી. એ મેદ ઘટાડવાની દવાના ગમે તેવા ગુણ ગાવામાં આવે, પરંતુ હું માનું છું કે એવી કોઇ પણ પેટંટ દવા નથી કે જે મેદને થોડા દિવસમાં હાંકી કાઢે અથવા ગાળી નાંખે. મેદ વધે છે ખોરાકથી, અને જ્યાં-સુધી ખોરાક હમેશાં નિયમસર ઠીક રીતે લેવામાં આવતો હોય ત્યાંસુધી મેદ ઘટતો નથી. પરંતુ મેદવાળાં માનવીઓ અને ખાસ કરીને સ્ત્રીઓને હું મગના ઓસામણનો પ્રયોગ એક મહિનાથી વધીને ત્રણ મહિના સુધી કરાવું છું. એથી શરીર મેદ વગરનું થઇ જાય છે.

મગના પાણીના પ્રયોગથી ૨૦–૩૦–૪૦ રતલ સુધી વજન મેં ઘટાડેલું છે. તેના પ્રત્યક્ષ દાખલા જોવા હોય તો મારા અમદાવાદના દવાખાને આવીને હરકોઇ જોઇ શકે છે. પ્રયોગ કેમ કરવો એ અઘરી વસ્તુ નથી. માત્ર મન ઉપર કાબૂ રાખીને ખોરાક વગર રહેવું એ જ મોટી વાત છે. દૃઢ મન અને પૂરી શ્રદ્ધા વગર રહી શકાતું નથી. તેમાં બહેનોને બધી જાતનો ખોરાક છોડાવવો એ જો કે અસંભવિત નહિ તો પણ અઘરૂં કાર્ય તો જરૂર છે જ. શરૂઆતમાં થોડાક દિવસ જરી તકલીફ પણ પડે છે. છતાં શરીર હલકું ફુલ જેવું મજેનું બને છે.

ઓસામણનો પ્રયોગ: અરધો શેર મગ બશેર પાણીમાં બાફ-વાને મૂકવા. બફાતી વખતે થોડું મીઠું નાખી દેવામાં આવે તો કોઇ

વાંધો નથી. પોણો શેર પાણી રહેતાં મગ બફાઈને તૈયાર થાય છે. ત્યારબાદ નીચે ઉતારી મગને ચોળ્યા કે અડક્યા સિવાય પીતળની ગરણીથી માત્ર પાણી ગાળી લેવું. એ પાણીમાં મીઠું, જીરૂ, ધાણા તથા મરી સ્વાદ પુરતાં નાંખી ધીરે ધીરે પી જવું. બાફેલા મગ ફેંકી દેવાની જરૂર નથી. એને બીજાં ઘરનાં માણસો ઉપયોગમાં લઈ શકે છે અથવા બાળકો તેમાં મીઠું, જીરૂં મેળવીને ફાકી જાય તો પણ હરકત નથી.

આવી રીતે દિવસમાં બે થી ત્રણ વખત દર વખતે અરધો શેર મગ બાફીને પાણી પીવામાં લેવાનું. એ સિવાય કોઈ પણ જાતનો બીજો ખોરાક લેવાનો નથી. માત્ર સાંજના વખતે પાશેર અથવા અરધો શેર પાકો પોપૈયો લેવામાં આવે તો ચાલે. આ તો જાણે કે ઓસામણનો પ્રયોગ થયો.

હવે દવામાં સવારે અને સાંજે દરેક વખત યોગરાજ ગુગળની બબ્બે ગોળી ગળી જવાની છે.

બપોરે ચોપચીની તો. ૦I, આહન તો. ૦I, અને તજ વાલ એક, ત્રણે વસ્તુનું ૧ પડીકું એક વખત લેવું.

ઝાડાની કબજીયાત રહેશે જ નહિ. મગનું પાણી દસ્ત સાફ લાવે છે. છતાં થોડા દિવસ પછી વધુ દસ્ત આવતો પણ નથી. કારણ કે પાણી એ કેવળ પાણી જ રહે છે. માત્ર મગનાં ચોકસ તત્ત્વો એમાં આવે છે. એટલે ખાસ મળ એકઠો થતો નથી.

ઉપરનો પ્રયોગ કરવાથી મેદ ઘટી જાય, શરીર હળવું બને છે અને આ રીતે શરીર ઉતારી નાંખવાથી ફરી ફુલતું નથી. કારણ કે શરીરમાંના વાયુને યોગરાજ શમાવી દે છે અને તેને વ્યવસ્થિત બનાવે છે.

કદાચ બહુ ભુખાવળો માણસ મગના પાણીની સાથે જુવારની ધાણી એકાદ મુઠી લે તો પણ વાંધો નથી. પરંતુ એકલા મગના પાણીથી ચલાવી શકાય તો વધારે સારૂં છે.

દવાઓમાં યેાગરાજ હરકેાઇ સારી ફાર્મસીમાંથી મળે છે. ચેાપચીની, બાહન, તજ એ ત્રણ તેા કાષ્ટિક ઔષધ છે અને તે ગાંધી લેાકેાને ત્યાંથી મળે છે. મેદ ઘટતાં વાયુ અને ગેસ પણ બંધ થાય છે.

પ્રથમ આ પ્રયેાગ કરવાની જરૂર છે. એ કરવાથી શરીરના ઘણા દેાષેા સુધરી શકશે, કેડેા દુઃખતી બંધ થશે. કારણ કે ચેાપચીનીમાં સ્ત્રીઓના કેડના દુઃખાવાને નાબૂદ કરવાનેા અજબ ગુણ છે, સાથે એ લેાહીની પણ શુદ્ધિ કરે છે.

આ પ્રયેાગ સિવાય તમારૂં શરીર સુધારવાનેા બીજો કેાઇ માર્ગ નથી. મેદે જ્યાં સુધી અત્યંત પ્રમાણમાં વધી જઇ તમને પરાધીન નથી બનાવી નાંખ્યાં, હજી હરવું–ફરવું, ઉઠવું–બેસવું કરી શકેા છેા, ત્યાંસુધીમાં એને કાબૂમાં લઇ લેવેા સારેા છે. પછી તેા તમારૂં શરીર એ માનવીનું શરીર મટીને રૂનું ધેાકણું અથવા ગાંસડી બની જશે. પછી તેા એની કુંચી કૃષ્ણજીને હાથ જઇ પડશે. રાવણરૂપ શરીરધારી બનતાં દરેકને ઇશ્વર બચાવે. હમણાં જ એક એવા વિરાટકાય મહેમાન મારે ત્યાં આવેલા અને એમને સુવાનું મારી સાથે જ હતું. રાત્રિ પડી અને એમનાં બે મહત્ત્વનાં કાર્યો શરૂ થયાં. એથી મારે આખી રાત્રિ જાગરણ કરવું પડયું. એક તેા એમને ગેસ ભયાનક થતેા. દર વીસ–પચીસ મીનીટે તેઓ એટલા જોરથી ગેસનેા નીકાલ કરે કે પાસે સુનાર વહેતા વાયુથી ગાભરેા બની જાય. બીજું તેઓ જ્યારે ઉંઘવા લાગે ત્યારે નાકનાં નસકેારાં તેા જાણે લુહારની જોરદાર ધમણ ધ ડ ડ ડ...ધું...ધ ડ ડ ડ ધું ! અને પચાસ પચાસ કદમ સુધી સુતેલા માણસ અવશ્ય જાગી જ જાય ! મેં પણ બે ત્રણ વખત એમને જગાડી પડખાભેર સુઇ જવાની સૂચના કરી. પણ અરધેા કલાક થાય ને એમની ધમણેા ચાલુ થઇ જાય. મને તેા એમના ઘરનાં માણસેાની દયા ઉપજી. શું થતું હશે એમનું બિચારાઓનું ? પણ એમને તેા રેાજનેા અભ્યાસ અને મારે ત્યાં તેા એ નવા મહેમાન !

*

(૨૦૮) એચ. એન. ટી.–ભાવનગર

પત્ર લખનાર સ્ત્રી છે કે પુરૂષ એ હું નથી જાણી શક્યો, પરંતુ લેખનશૈલી, ભાવના, અને મર્યાદિત રજુઆતથી લાગે છે કે ખાનદાન કુટુંબની વ્યક્તિ મારી પાસે આ પત્રથી મુંઝવણના પ્રશ્નોનો માર્ગ કાઢવા માગે છે. પત્ર મોટાં ચાર પાનાં ભરીને આવ્યો છે. આખો પત્ર ઉતારવાની જગ્યા નથી એટલે એના મુદ્દા અહીં તારવું છું.

એક કુટુંબના બન્ને બંધુ છે. મોટા ભાઇનાં લગ્ન થયાં છે. લગ્ન કરવાને તેઓ નારાજ હતા. પરંતુ સંબંધીઓના દબાણથી એમણે વર્ષો વિતાવીને લગ્ન કર્યું છે. લગ્ન કર્યા પછી એઓ લગ્ન શા માટે નહોતા કરતા તેનું કારણ જાણવા મળ્યું છે. તે એ છે કે તેમની જાતીય નિર્બળતા હતી.

નાના ભાઇ અવિવાહિત છે, અને મોટા બંધુ ઉપર ખૂબ મમત્વ ધરાવે છે. તેમને તથા તેમનાં પત્નીને સુખી જોવા ઇચ્છે છે. તેની સાથે સાથે તેઓ ભાભી ઉપર પણ નિર્દોષ પ્રેમ ધરાવે છે. ભાભી અને દીયર એક બીજાને નિખાલસ અને નિર્દોષ સાચા પ્રેમથી ચાહે છે. મોટા ભાઇને આ રૂચતું નથી. એટલે પછી એમની ગેરહાજરીમાં દીયર અને ભાભી મળે છે, હસે છે અને ગેલ કરે છે. મોટા ભાઇનાં પત્ની અતિ સુંદર છે, સાથે મમતા ધરાવતાં સુશીલ અને સદ્ગુણી છે, છતાં તેઓ લગ્ન પહેલાં પીયરમાં પવિત્ર રહી શક્યાં નથી એવી દીયરને શંકા છે.

એ બાઇને પતિ તરફ શરૂઆતમાં પૂરો અનુરાગ હતો અને તેઓ આનંદથી રહેતાં. પરંતુ હમણાં હમણાં એકબીજા વચ્ચે છૂપા અસંતોષની લાગણી વધી રહી છે એ નાના ભાઇને રૂચતું નથી.

આખી હકીકત પછી નાના ભાઇની વતી તેમના મિત્ર કે જેમનું ટુંકુ નામ 'એચ. એન. ટી.' છે તે મારી પાસે માર્ગ પૂછે છે: આ સ્ત્રી–પુરૂષ કઇ રીતે એકબીજાંની સાથે પૂરા સંપર્ક અને આનંદથી રહી શકે, એમના હૃદયમેળનું ઐક્ય બને, તેમ જ દીયર પણ ભોજાઇની સાથે પોતાનો પ્રેમ નિભાવી શકે.

આખા પત્રની હકીકત અને સારાંશ આ છે :

વારૂ, પતિ–પત્ની વચ્ચે પડતા જતા હૃદયના અંતરમાં બે કારણ હોઇ શકે : એક કારણ એ હોય કે પોતાની જાતીય નિર્બળતાથી પત્નીને તેનો પતિ પુરતો સંતોષ આપી શકતો ન હોય, અને આવા નિર્બળ પુરૂષો હમેશાં શંકા અને કુશંકાની નજરથી જ જોતા રહે છે. પોતાની નિર્બળતાથી ઉદ્ભવેલા અસંતોષના કારણે સ્ત્રી કદાપિ આડે રસ્તે જશે તો ? આ એક કોઇને પણ કહી ન શકાય અને જીરવી ન શકાય એવો શંકાનો કીડો છે. અને સ્ત્રી જેમ જેમ વધુ આનંદમાં રહેતી જાય છે, વધુ છૂટ લેતી જાય છે, કોઇની સાથે હસે છે–બોલે છે, ત્યારે આવા પુરૂષમાં હૃદયદાહ શરૂ થાય છે અને તે સ્ત્રીને માટે કુશંકાની પરંપરા પેદા કરે છે.

ખરી રીતે તો પતિ–પત્ની વચ્ચે રહેલા આ દોષનો માર્ગ કોઇ ઇતર વ્યક્તિ–સંબંધી કાઢી શકતો જ નથી. આવી બાબતમાં કોઇ દરમ્યાનગીરી કરવા જાય છે તો ભલું કરવાનું તો બાજુ ઉપર રહ્યું પણ તે સ્ત્રીના ભલા કે તેણીના હકમાં મોટું નુકસાન કરે છે. કારણ કે પુરૂષ એ વાત ચોક્કસ કરી બેસે છે કે મારી શંકા જે હતી કે હું સ્ત્રીને સંતોષી શકતો નથી તે વાત હવે તેણે બહાર પણ મૂકવા માંડી છે. તે જ દિવસથી એ બમણા જોરે સ્ત્રી ઉપર ત્રાસ વર્તાવે છે અથવા તેની ઉપર વિવિધ બંધનો લાદે છે યા તો પોતે તેના તરફથી વધુ દૂર રહેવા પ્રયત્ન કરે છે.

એટલે આવી જ કોઇ બાબત હોય તો પુરૂષ પોતે જ જાતે જો સમજે અને પોતાની જાતીય નિર્બળતા દૂર કરવા પ્રયત્ન કરે તો એમનો પરસ્પર તિરસ્કાર સમી જાય.

બીજું એક એ પણ કારણ છે કે પોતાનો નાનો યુવાન ભાઇ સંયુક્ત કુટુંબીજન તરીકે દરરોજ સાથે જ રહે છે. અને મોટો ભાઇ એમ જાણતો હોય કે નાનો ભાઇ એની ભાભી સાથે વધુ પડતી છૂટ લઇ રહ્યો છે, તો ભલેને તે નિર્દોષ હોય છતાં પણ એની નજરમાં એ છૂટ નિર્દોષ ન પણ જણાતી હોય. એથી પણ એ

યુગલનાં અંતઃકરણમાં વિસંવાદ જાગતો રહે છે. કારણ કે પરાયા માણસથી તો પત્નીને દૂર પણ રાખી શકાય. પરંતુ ઘરમાં હમેશાં રહેનારને દરરોજ બેસવા, ઉઠવા, ખાવા, પીવા, અને રહેવાની સ્વાભાવિક છૂટ હોય છે. તેનાથી તેણીને કેમ દૂર રાખવી એ ચિંતા અને વહેમથી પણ તેમનું હૃદય ડંખ મારતું હોય તો પણ બનવા જોગ છે.

એટલે પ્રથમ નાના ભાઇને એક બાબત મારે પૂછવાની રહે છે: તમે તમારી ભાભી સાથે પ્રેમ ધરાવો છો. હું પણ કબુલ કરૂં છું કે તમારો પ્રેમ ભલે નિર્દોષ હોય. છતાં પ્રેમ સંબંધે આપણે ઉંડા ઉતરીએ તો પિતા યુવાન પુત્રી ઉપર પ્રેમ રાખે છે, ભાઇ યુવાન બહેન ઉપર પ્રેમ રાખે છે.

તે જ્યારે પાંચ વર્ષની બાળકી હોય છે ત્યારે જે રીતે પ્રેમ કરાય છે, તે રીતનો પ્રેમ સોળ વર્ષની થયા પછી કરાતો નથી. પહેલાં પિતાનો ખોળો ખુંદનાર કન્યા–તેના શરીર ઉપર હાથ ફેરવતો પિતા કન્યાને માત્ર નિર્દોષ દૃષ્ટિથી નિહાળીને, વધુમાં વધુ તેના મસ્તક કે પીઠ ઉપર હાથ મૂકીને મુદિત થાય છે. પરંતુ નિર્દોષ પ્રેમી પિતા એ યુવાન પુત્રીને ખોળામાં બેસારે, બાથમાં લઇ મળે અથવા એકાંતમાં એની સાથે વિવિધ ગેલ કરવા લાગી જાય તેમાં કદિ પણ નિર્દોષતા નહિ કલ્પી શકાય. કારણ કે અવસ્થાફેરને લઇ પ્રેમની મર્યાદા અંકાય છે. પછી ભલે પિતાનો પ્રેમ તદ્દન નિર્દોષ અને વત્સલતાભર્યો હોય.

દીયર અને ભોજાઇ માતા અને પુત્ર ભાવે રહે છે. સમય આવે તો થોડી મીઠી મજાક (વાણીથી) કરી લે છે. પરંતુ તેમણે એકાતમાં મળી ગેલ કરવી, મોટા ભાઇની નજરથી બહાર છૂપી રીતે આનંદ લેવો–દેવો. એથી દુનિયાદારી અને મોટા ભાઇની નજરમાં નિર્દોષ નથી રહી શકાતું.

સીતા લક્ષ્મણ દીયર ભોજાઇ હતાં, સાથે ફરતાં–સુતાં હતાં, છતાં લક્ષ્મણે જે મર્યાદા સાચવેલી, તેવા જ દીયરો ભોજાઇ સાથે વિશુદ્ધ પ્રેમ નિભાવી શકે.

બાર વર્ષ સુધી સાથે રહેનારને સીતાજીનાં પગનાં તળીયાં સિવાયનાં અંગોની ખબર નહોતી, એ તો રામાયણની વ્યાખ્યા ઉપરથી જણાય છે. સીતાને રાવણ ઉઠાવી ગયો, બન્ને બંધુ શોધ કરવા નિકળ્યા, ત્યારે સીતાનાં આભૂષણો (ઘરેણાં) માર્ગમાંથી મળી આવ્યાં. તે પૈકીમાં માત્ર પગનાં ઝાંઝર સિવાય લક્ષ્મણે બીજાં આભૂષણ ઓળખ્યાં જ નહિ. કારણ કે કોઇ દિવસ લક્ષ્મણે ઉંચી નજર કરીને સીતાજીનું મુખ યાને બીજાં અંગો નિરખેલાં જ નહિ. માત્ર માતા તરીકે દર્શન કરવા જતો અને પગ ઉપર પુષ્પો ચઢાવતો ત્યારે પગ ઉપર રહેલાં ઝાંઝર એણે જોયેલાં. તેણે એથી એની યાદી આપી.

એ પણ દીયર અને ભોજાઇ હતાં. લક્ષ્મણ જેવા પુરૂષ ઉપર કોની તાકાત છે કે સદોષતા કલ્પે ? ત્યારે શું લક્ષ્મણ અને સીતા એકાંતમાં નહોતાં રહેતાં? જરૂર રહેતાં હતાં. બેઉને એકલાં રહેવા દઇ રામ અનેક વખત બહાર ગયા છે, છતાં લક્ષ્મણ એ લક્ષ્મણ જ હતા.

હવે તમારા હૃદયની ભીતરમાં ઉતરીએ તો એક તરફ તમે મોટા બંધુ અને ભાભીને ઐક્યવાળાં જોવાં ઇચ્છો છો, બીજી તરફ ભાભીના પ્રેમને છોડી શકતા નથી, ત્રીજી તરફ જેના પ્રેમ વગર તમે ચલાવી શકતા નથી એ ભાભીના પૂર્વજીવનમાં શંકિત કલ્પના તમે જ કરો છો. કારણ કે ભાભી જ્યારે રસ્તા ઉપર ચાલ્યા જતા કોઇ જુવાન તરફ જુએ છે ત્યારે તેમની આંખોમાં તમને વિકારની છાયા જણાય છે !

એ બધા મુદ્દાઓનો વિચાર કરતાં ત્રણ વ્યક્તિ પૈકી માત્ર તમે મને તો વધારે ગુન્હેગાર જણાઓ છો. મોટા બંધુ ઇચ્છતા નથી કે તમે એમની ધર્મપત્ની સાથે વધુ છૂટ લ્યો; ત્યારે તમે ચોરીછૂપીથી પણ એ કાર્ય કરો છો શા માટે ? તમે નિર્દોષ છો એમ તમે માનો છો એ માટે નહિ, બિરાદર ! ત્યાં જ તમારી એક ગંભીર ભૂલ થાય છે. કોઇ પણ સ્ત્રી, પછી તે ભાભી હોય યા પાડોશણ હોય તેની સાથે છૂટ લેવાની મર્યાદા હોય છે. આપણા

સમાજજીવને મુકરર કરેલી પ્રણાલિકાને તમે જો ઓળંગો તો તમે ખરેખર દોષિત છો. જેની સાથે તમે પ્રેમ રાખવા ઇચ્છો છો તેની સાથેના પ્રેમનો અધિકાર એના પતિનો છે. તમે જે રીતે પ્રેમની ભૂમિકા ઉપર ઉભા રહો છો તે રીતે પતિ નથી રહી શકતા. છતાં તેનો પ્રેમ એ પત્નીને ગ્રાહ્ય છે અને આપનો પ્રેમ એ એક પતિવ્રતા સ્ત્રી તરીકે એને અગ્રાહ્ય છે. એટલે મારૂં તો ચોક્કસ માનવું છે કે તમોએ જે રીત પસંદ કરી છે તે છોડી દેવી જોઇએ, અને હમણાં તમે ઉભા છો ત્યાંથી થોડા દૂર ખસી જશો તો જ પતિ પત્ની વધુ નિકટ આવી શકશે.

થર્ડ ક્લાસમાં મુસાફરી કરનાર એક પેસેંજર આખું પાટીયું રોકીને સુઇ જાય. અને તેને બીજા ઉઠાડે ત્યારે તે કહે કે 'ભાઇ હું કેમ સુઇ ન શકું? મારૂં સુવું નિર્દોષ છે, મેં પણ ટીકીટ લીધી છે, હું સુઇ જઇશ!'

ટીકીટ કલેકટર કહેશે કે 'તમે થર્ડ ક્લાસના મુસાફર છો, તમને ગાડીમાં બેસવાનો અધિકાર છે, સુવાનો નહિ. સુવાની મોજ માણવી હોય તો તમે પાટીયું રીઝર્વ કરાવો અથવા સેકન્ડ ક્લાસની ટીકીટ લ્યો. તમારે માટે બેસવાની જ જગ્યા હોય, ભાઇ! માટે બેઠા થાઓ અને બીજાને જગ્યા આપો. તમારી ટીકીટે તમારી મુસાફરીની મર્યાદા આંકી છે.'

એ રીતે તમને ભાભી ઉપરના દીયર તરીકના અધિકારની ટીકીટ મળેલી છે. અને એ ટીકીટ સાથે તમને કેટલી છૂટ લેવા દઇ શકાય તે પણ નક્કી થયેલું છે. એટલે તમે એથી વધુ છૂટ લ્યો એ જ વાસ્તવિક નથી. વળી તમે નિર્દોષતા જાળવી શકો એની પણ કોઇ બાંયધરી નથી. ભાઇ! વધુ સારૂં તો પહેલી તકે એ છે કે એ માર્ગમાંથી તમારે એકદમ હઠી જવું જોઇએ.

ભાઇ અને ભાભીને તમે તમારા પુરૂષાર્થથી સુખી નથી બનાવી શકવાના. તમે જો પ્રયત્ન કરવા જશો તો વધુ બીગાડો કરશો અને ભાઇ–ભોજાઇને વધુ દૂર બનાવી દેશો.

*

(૨૦૯) એક યાહુદીભાઇ

આ ભાઇ 'બહુરૂપી'ના વાચક છે. તે પૂછે છે: અમારી જ્ઞાતિમાં કુમારી કન્યાને પરણ્યાં પછી સતીચ્છદ (કુમારીની યેાનીમાં રહેલેા એક પડદેા કે જેને કુમારીપટલ કહેવામાં આવે છે) અખંડ હેાય અને પ્રથમ સમાગમે એ કન્યાને ખૂન આવે અથવા લેાહી નીકળે તેા જ તેને કુમારી માનવામાં આવે છે, નહિ તેા એ કુમારો નથી એવું ધર્મગ્રંથેા ફરમાવે છે. તેા શું હરેક પુખ્ત ઉમરની કન્યાને પ્રથમ સમાગમે ખૂન આવવું જ જોઇએ ? ન આવે તેા તે કુમારી નથી શું ?

આપણે આ પ્રશ્નમાં ધર્મગ્રંથેાની ચર્ચામાં નહીં ઉતરીએ. પછી તે ગીતા હેાય કે બાયબલ. પરંતુ એ જાતના ગ્રંથેામાં જો આજ્ઞા અથવા નિર્ણય ફરમાવ્યાં હેાય તેા એ ગ્રંથકર્તાએ તેમાં દીર્ઘ દૃષ્ટિ અને શારીરિક વિજ્ઞાનનેા અભ્યાસ કર્યો નથી એમ કહી શકાય.

વાત એ છે કે અત્યારે કન્યાઓને જેટલી મેાટી ઉમરની કરવામાં આવે છે તેટલી ઉમરની કન્યાઓ આગળ નહેાતી થતી. એટલે વચમાં નાની ઉમરની કન્યાઓને આવા પડદા બનતાં સુધી અખંડ રહેતા અને પ્રથમ સમાગમે એ તુટવાથી ખૂન આવતું. પરંતુ પંદર વર્ષ ઉપરની કન્યાઓને ઘણી વખત પછડાવાથી, ખુજલીથી ભાર ઉચકવાથી અથવા કેાઇ પણ સાધારણ અકસ્માતથી આવેા પડદેા તુટી જાય છે અને અટકાવનેા વેગ જોરદાર આવવાથી પણ પડદેા રહી શકતેા નથી. વળી સમાગમકાળમાં યુક્તિપૂર્વકનેા પ્રયેાગ હેાય તેા પણ પડદેા ચીરાવાથી લેાહી નીકળવાનું બનતું નથી. એટલે સમાગમ વખતે લેાહી નીકળવું એ જ પવિત્રતાનું ચિહ્ન માનવામાં આવતું હેાય તેા તે માન્યતા સર્વમાન્ય સિદ્ધાંત રૂપે સ્વીકારી શકાય નહિ. નિર્દોષ કન્યાઓ પણ આ ન્યાયમાં અન્યાય મેળવી બેસે એ વાત દીવા જેવી સ્પષ્ટ છે.

*

(૨૧૦) સેવાની શૈયામાં શૂળીદાર કાંટા

સેવાનું ક્ષેત્ર કેટલું વિષમ અને કાંટાવાળું છે તે 'બહુરૂપી'ના વિશાળ ક્ષેત્રમાં ઝુકાવ્યા પછી સમજાવા લાગ્યું છે. 'રખે વહેમાતા' પુસ્તકની અઢીસો પ્રત મુંબઇવાળા શેઠ હરીદાસ મીઠારામ તરફથી વહેંચવા માટે અનામત રખાઇ અને તેની જાહેરાત 'ગરીબોને મફત' આ હેડીંગથી 'બહુરૂપી'માં કરી. એ માત્ર ત્રણ અઠવાડિયા જાહેરાત ચાલી તેટલામાં તો અઢીસો માગણી આવી ગઇ. જેમના પોસ્ટેજના ચાર આના આવતા તેમને તે ચાર આના પુસ્તકના પૅકેટ ઉપર ચોઢી પુસ્તક રવાના થતાં ગયાં. પરંતુ જૂના અંકોમાં એ જાહેરાત જોઇને લગભગ છ મહિના સુધી એની માગણી તો ચાલુ જ હતી. પુસ્તકો ખલાસ થયાં હતાં. એટલે પાછળથી આવનારને સ્ટેંપ પાછા મોકલતા. એ જ અરસામાં એક કહેવાતા ગરીબ ભાઇ કહે છે કે તેમણે ચાર આના બીડયા છે, પરંતુ તે અમને મળ્યા નથી. નહિતર એમને પુસ્તક અથવા સ્ટેંપ પાછા મોકલાત. છતાં આ ભાઇ દર બે ચાર મહિને એકાદ પત્ર લખી પુસ્તકની માગણી કરે છે. એમની એ ઇચ્છા સંતોષાઇ નથી, એટલે છેવટનો પત્ર એ જ ભાઇ કે જેમણે નામ ઠામ સાથે અગાઉ પત્રો લખેલા, તે જ ભાઇ નનામો લખે છે. આખો પત્ર બિભત્સ ગાળો અને એક ઇન્સાનના મોઢામાં કદિ પણ ન શોભે તેવાં વચનોથી ભરેલો છે.

આમાં દોષ કોનો? આ ભાઇએ મોકલેલ સ્ટેમ્પ મને મળ્યા હોત અને શ્રીમાન હરિદાસભાઇની અઢીસો નકલ ખલાસ થઇ ગઇ ન હોત તો તેમાંથી મેં જરૂર તેમને નકલ મોકલી હોત અથવા તો તેમના સ્ટેમ્પ પાછા મોકલ્યા હોત. પરંતુ તેમના સ્ટેમ્પ મને ન મળે તેમાં મારો શો વાંક? અને પછી આ ભાઇએ પેટ ભરીને ઉભરો—ગાળો—ધમકી—એ બધું એ પત્રમાં ભરી કાઢયું! એ ભાઇનું નામ,

ઠામ, ઠેકાણું હું જાણું છું અને ઓળખું છું. અગાઉના પત્રો અને નનામા પત્રો એ ભાઇને સ્પષ્ટ કરે છે. એટલે એ બિરાદરને સલાહ એક જ છે કે ડાહ્યા થઇને આપ જેવા ધનથી ગરીબ છો એવા મનથી પણ ગરીબ બની કાદવ ઉડાડવો રહેવા દો.

બીજા એક બિરાદરના પત્નીએ મારા ઉપર પત્ર લખી પોતાના શરીરના વ્યાધિ માટે સલાહ માગી. તેમને દવા તરીકે બે મહિના સખત સંયમ પાળવાનું મેં ઉત્તર રૂપે લખ્યું. સત્ય સમજાતાં બહેને પતિ સામે સત્યાગ્રહનાં પગરણ આદર્યાં અને પતિ એ સત્યાગ્રહ સામે ટકી શક્યો નહિ. એટલે તેણે એનાં શીંગડાં મારી સામે માંડયાં અને મઝાનો ફુલસ્કેપ કાગળ ભર્યો. એનાં પત્નીને બ્રહ્મચર્ય પાળવાની આપેલી સલાહ અને એને કારણે સ્વપત્નીવ્યભિચારના દરવાજે લાગેલી સાંકળનો જવાબદાર મને ગણી આજે ત્રણ અઠ-વાડિયાથી વિયોગી બનેલી શય્યા અને તપશ્ચર્યાના ધખધખતા તાપના અંગારાની ચિનગારીઓ એણે પત્રમાં ઠાલવી. મારી સલાહને લીધે જ તેમની વિષયપિપાસા તૃપ્ત થઇ શકતી નથી! પત્નીને વિષયસુખનુ સાધન માનનારા બિચારા પામર પુરૂષ! તેમને મનુષ્ય કહેવા કે પશુ?

*

(૨૧૧) વી. ડી. જોશી–મદ્રાસ

એમ કરોને ભાઇ, સવારના એક શેર દુધ ગરમ મૂકો. એકાદ ઉભરો આવી ગયા પછી નીચે ઉતારો. ઉપરથી મલાઇ મળી આવે તે મોઢા ઉપર રગડો અને દુધ પી જાઓ. સાંજે પણ એમ કરો. ચહેરો ચમકદાર બનશે અને ડાઘાડુઘી નાબૂદ થશે. લોકો જોઇને કહેશે કે વાહ! કેવુ સુંદર મુખડુ!

*

(૨૧૨) જગદીશચંદ્ર-કલકત્તા

આવો બિરાદર, આપ પૂછો છો: ધોતીયું પહેરવું એ સારૂં કે લેંઘો પહેરવો ઠીક છે?

ખરી વાત પૂછો તો ભાઇ મેં તો કોઇ દિવસ લેંઘાનો સ્વાદ ચાખ્યો જ નથી. ધોતીયું પહેરીને ઉમર વિતાવી છે. એટલે લેંઘામાં શી મઝા છે તે રામજી જાણે–પણ ભૂલ્યો–રામજી પણ લેંઘા પહેરતા નહોતા. એમણેય વલ્કલ પહેર્યાં હતાં અને રાજ કર્યાં તોય ધોતીયું ને પોતીયું! અને હું તો કહું છું કે જો વન વગડે ભટકતાં લેંઘો રાખ્યો હોત તો તેઓ જ્યાં ત્યાં બાવળ બોરડીએ ભરાત નહિ અને તુલસીદાસને વર્ણન કરવું પડત નહિ. ધોતીયું પગમાં અટવાતું અને વારંવાર સંકોરીને સમું કરવું પડતું! ધોતીયું તો 'બળ્યું ધોતીયું બામણનું, કામ કરે છે ડામણનું!' એ રીતે જોઇએ તો લેંઘો મજાનો છે. કામદાર, મજદુરવર્ગ, અને મહેનતુઓને પરિશ્રમવાળાં કામકાજ દરમ્યાન વારંવાર ધોતીયાભાઇની સંભાળ લેવી ન પાલવે. એટલે સ્વાવલંબી (કેડે તતડાવીને બાંધેલા) લેંઘા સરસ છે. છતાંયે લેંઘો પહેરવાથી બ્રહ્મત્વ ટળી જતું હોય અને વડીલોની આંખો ચશ્મા પછવાડે એને બદલે ચાર થઇ જતી હોય તેને મારાથી સલાહ કેમ અપાય કે લેંઘો પહેરો?

*

(૨૧૩) દર્દઘેલો કવિ ઇનાયતઅલી

કેટલાએક પ્રેમઘેલા બને છે અને પાગલપણું આવે છે ત્યારે આપોઆપ કવિત્વ શક્તિ ખીલે છે. જેમ લયલાની પાછળ પાગલ બનેલો મજનુ ગાતો હતો:

'એ ઇશ્કના અંજામમાં વનવન ફર્યો, મજનુ બની,
ચીરા પડયા ચરણે, છતાં પરવાહ તને મારી નથી.
ઓ હકીમો, જાઓ દુનિયામાં દવા મારી નથી.
ઇશ્કનો બિમાર છું, મને બીજી બિમારી નથી.'

તેમ ઇનાયતઅલી નામના એક ભાઇ નાના મોટા કાગળના ટુકડા વીશેક લઇ પોતાના શરીરની થયેલી પાયમાલી અને માર્ગ ભૂલેલા દિલથી પત્ર લખે છે. પેનસીલના ઝીણા અક્ષરો અને વર્ણનની ધૂનમાં મુદ્દાઓ તારવ્યા વગર લખે છે. તે સમજવામાં મારો એક આખો દિવસ ગયો. અનેક વખત કાગળોના કકડાને અનુસંધાનમાં સાંધ્યા અને મહા મહેનતે થોડું સમજ્યો. થોડાક ફકરા એમના ઉતારી માર્ગ બતાવું:

લુંટાયેલા ને બરબાદ થયેલાનું સાચું કોણ માને? જગત સ્વાર્થીઓથી ભરપુર છે, લક્ષ્મીના ઓળા ઝરતા હોય ત્યાં ગરીબીની દર્દભરી દુનિયા ક્યાં દેખાય?

* * *

મુંઝવણ નિરાશા ને દિલનું ઉંડું દર્દ કોરી ખાય છે,
શ્વાસનળી રૂંધાય છે, આશ્વાસન દેનારૂં કો નથી.
હૈયે હોળી બળે છે પિતાના ઉન્હા નિઃશ્વાસે,
કાળનો પંજો પડયો આર્થિક એવી દશા છે.
પત્ની સુમેળ વિનાની ક્ષત ઉપરે ક્ષારપાણી,
ગૃહજીવન કેમ વિતાવું? અંધકારી કાળ રાત્રી.

* * *

અધમ દમ નહિ દર્દ ભર્યું દિલ ધક ધક વહી રહ્યું,
જગ જગ જોયું નિહાળી, વૈદ્યો અને ડાકટરો સ્વાર્થની ગંગા.
ભખભખ કાળજું ભખભખે કો અમી સીંચન છે અરે,
જુગ જુગ જીવો જાદવ–ભગવન ધન્વન્તરી સરો એ.

* * *

ભિખારી આર્તનાદે આરજુ આવ્યો છે આંગણે,
ન કોડી પાસ, ન ઇજ્જત છે, ન લેખણમાં સહી રહી છે.
નથી કહેતો, ન કહું, શું કહી શકું? ન કહેવાનું છે કોઇ બાકી,
તન દર્દથી, મન મલીનતાથી, બની રહ્યું છે ખાખી,

* * *

ચીનગારી માત્ર તારી એક મળે જો વિચારો પલટાય,
અમર એ બની રહે જો અમૃત કલશમાંનું ઢોળાય.
કલશ પાક દિલના વિચારે કલમે અમપર વહી રહે,
વહન કરતી વહેતી ગંગા 'બહુરૂપી' આપી વળે.

બિરાદર ઇનાયતયલી ! દુઃખીઆ માનવીઓનાં દિલનાં દર્દનું મને પુરૂં ભાન છે. તમારી ઉડાવેલી કલમ દ્વારા પૂછેલા માર્ગમાં રહેલી પાગલતા તરફ મને જરાએ અણગમો નથી. પરંતુ ભાઇ, આમ વિચારોના તરંગે તરંગી બનશો અને એમાંથી કદાપિ પાગલતા આવી જશે તો ? તમે જાણો છો કે ઘણો તરંગી માણુસ છેવટે પાગલ બને છે. પાગલની પાછળની ભૂમિકાના દર્દને જોવાની દુનિયાને ફુરસદ નથી. એ તો આંગળી ચીંધી, ઇંટોના માર વરસાવવામાં શૂરી છે. માટે ચિત્તને સ્થીર કરો. તમારા આખા પત્રનો સારાંશ આ છેઃ મુંબઇ ગયા, મદિરાપ્રેમી અને વેશ્યાગામી બની, વ્યાધિઓને શરીરમાં દાખલ થવાની જગ્યા કરી આપી, કુટુંબની કન્યા મેળવી, તેમાં સંતોષ નથી. તમારૂં દિલ એ જાણી શકતી નથી, પિતા હમેશાં કોપાયમાન રહે છે. માતા થોડી મમતા ધરાવે છે, પરંતુ શરીર અને મનના વ્યાધિથી તમે ત્રાસી ઉઠયા છો. આશ્વાસન અને માર્ગદર્શન માટે ખૂબ નજર દોડાવી. શીખામણ—આશ્વાસન આપનાર મળ્યા તે પણ તમારા હાડમાંસમાં રહેલાં થોડાંક રક્તકણોને ચુસવાની ઇચ્છાવાળા જ. હવે તમને લાગે છે કે હું ખરો રસ્તો બતાવીશ. એમ જ ને ?

ભાઇ, જગતના આપણે પ્રવાસી છીએ. વિટંબણાઓ અને પ્રતિકૂળતાઓ તો આપણી સાથીદાર છે. પરંતુ એથી પ્રવાસને અટકાવી સ્થંભી જનાર પાગલ નહિ તો મંદ ગતિવાળો ગણાય છે. ધીરજ ધરી ચિત્તને સ્થીર કરો. મળેલી પત્નીમાં સુગંધ શોધો. ધીરે ધીરે એને અનુકૂળ બનાવી શકશો. બીજી અને ત્રીજી એમ શોધતાં સાનુકૂળતા નથી સાંપડતી—એ તો ઇશ્વરીસંકતથી આવી મળે છે. માનવી જ દુઃખમાં પણ સુખ, અજ્ઞાનતામાં જ્ઞાન અને અંધકારમાં પ્રકાશ શોધી શકે છે.

ખૂબ પ્રકાશમાં જોઇ રહેનાર માનવી તુરત અંધકારમાં જાય છે ત્યારે તેને માર્ગ નથી મળતો. અજવાળાએ આંખો આંજી દીધી હોય છે. પણ અંધકારમાં જો એ સ્થીર થઇને માર્ગ શોધે છે તો આછો આછો ય પ્રકાશ સાંપડે છે અને એ ગતિમાન થઇ શકે છે.

હાથ ઝાલીને ચલાવનારો કેટલાં ડગલાં તમારી સાથે આવવાનો છે? હરેક મનુષ્યે પોતે પોતાના પગ પર ઉભાં રહેતાં શીખવું જોઇએ, અને પોતે જ ચાલે તો આગળ વધાય. પરાવલંબી બનવું એ શ્રેયસ્કર નથી અને એમાં મજા પણ નથી. ભાઇ, ગર્ભશ્રીમંતો, બાપકમાઇદારો અને બેઠી આવકોથી રાચતા ધનવાનો તરફ નજર ન કરશો. એમાં તો 'ઉપરકી અચ્છી ભિતરકી રામજી જાણે.' તેને એક બાજુ રહેવા દો. કોઇની દયા યાચવામાં મજા નથી. પુરૂષાર્થ કરો, આગળ વધો અને જે કાંઇ મળે તેનાથી સંતોષ અનુભવો.

उत्तमम् स्वार्जितं वित्तम्, मध्यमम् पुत्रार्जितम्,
कनिष्ठं भ्रातृवित्तं च, स्त्रीवित्तं अधमाधमम्.

મારો તો ખાસ અનુભવ છે. ધનવાનો પાસે તમે કદિ પણ યાચશો નહિ. એમનાં દિલમાં દયા નથી, ગરીબો પ્રત્યેની મમતા નથી, બીજાનાં દુ:ખોની પરવા નથી. એમનો પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર સદાયે ખીલેલો રહેવાનો છે! એ વૈભવો અને મોટર–મહેલાતો યાવત્ ચંદ્ર દીવાકર સુધી લખાવી લાવેલા હોય છે! માટે વચનના જૂઠા અને વિલાસી માનસવાળા ધનવાનો તરફ નજર ન કરો. પસીનો વાળી રોટલો પેદા કરશો તેમાં જ અમૃતની મીઠાશ ભરી હશે.

ભલે, મારી પાસે આવવાના છો તો જરૂર આવો. તે વખતે રૂબરૂમાં જ સમજાવીશ. ખરૂં કહું તો હજી પણ તમારા આટલા વિશાળ પત્ર ઉપરથી તમને સમજી શકયો નથી. જેટલું સમજ્યો તેટલાનો પ્રત્યુત્તર પાઠવ્યો છે. સંતોષ નહિ મળે તો રાહત તો જરૂર મળશે.

*

(૨૧૪) સંશયાત્મા–પલીયડ

આ ભાઇ બહુ જ ઇંતેજારી પૂર્વક નીચેની બિના ઉપર પ્રકાશ પાથરવાને પત્ર લખે છે. એમની માગણી ઉવેખી શકાય તેમ નથી. એમના શબ્દોમાં જ આપું. એ ભાઇ શરૂઆત એક કાવ્યની કડીથી કરે છે :

'દીવો ધરો, હો દીવો ધરો,
ભૂલ્યાને સતપથ દીવો ધરો.

'મારી મુંઝવણનો સવાલ આપ મહાશયને મોકલું છું. આપને યોગ્ય લાગે તો 'બહુરૂપી'માં એ બાબત પ્રકાશ પાથરશો.

'ધારો કે એક **અ** નામનો માણસ છે અને તે પરણેલો છે. તેની પરિણિતાવસ્થામાં પ્રારંભમાં તેની ધર્મપત્ની તેના તરફ બહુ જ પ્રેમભાવ દર્શાવે છે. પરંતુ કેટલાક સમય બાદ તેની પત્ની **બ** નામના એક માણસ સાથે પ્રેમ કરે છે અને વ્યભિચાર પણ કરે છે. એ રીતે **બ** સાથે વ્યભિચાર કરતી હોવા છતાં, **અ** નામના પોતાના પતિ સાથેના પ્રેમમાં લેશ માત્ર ક્ષતિ આવતી નથી. અર્થાત્ સદ્ભાવ પહેલાનાં જેવો જ છે. તો આ બાબતમાં **અ**ને કોઇ પણ જાતનો વાંધો હોઇ શકે ? સિવાય કે સતીત્વની આર્ય ભાવનાનો.

'આ સવાલનો જવાબ સિદ્ધાંતની દૃષ્ટિએ આપશોજી. પ્રયોગિક દૃષ્ટિએ નહિ. આ પ્રશ્નનો જવાબ આપી માર્ગદર્શન કરાવશો કે જેથી હું **અ** નામનો માણસ જે મારો મિત્ર છે તેને વંચાવી તેની મુંઝવણ ટાળી શકું. પ્રભુ આપને જનતાની નિ:સ્વાર્થ સેવા કરવા માટે દીર્ઘાયુ બક્ષે એવી પ્રાર્થના.'

હિંદની સંસ્કૃતિના આદિ કાળથી ઇતિહાસ તપાસીએ છીએ તો એક સુર સંભળાય છેઃ 'પતિવ્રતા અને પતિવ્રતધર્મ.' ભલા

પતિવ્રતા એ શું સ્ત્રીઓનો સ્વાભાવિક ગુણધર્મ છે કે સમાજે જોર-શોરથી એ બંધન લાદી લીધું છે? સ્ત્રીનું પુરૂષ પ્રત્યેનું દિલવહન એ તો જાણે એક સ્વાભાવિક ગુણ છે. નારી અને નર એકબીજાં તરફ ખેંચાય છે અને નજીક જાય છે. તેની સાથે નજીક રહેવા, એકબીજાંને મળી જવા પ્રયત્ન કરે છે. આ માત્ર મનુષ્યજીવનનો સ્વભાવ છે એમ નથી, પરંતુ પશુઓ, પક્ષીઓ અને જીવજંતુઓ પણ જોડાંરૂપે રહે છે, ચહાય છે, પ્રેમ કરે છે. અથવા એમ કહીએ કે પરિમિત જીવન વિતાવે છે. દિલનું વહન એક દિશા તરફ વહી રહ્યું હોય તેને દ્વિધા થવાનું સંભવિત નથી, અને જો દ્વિધા થયું તો જે તરફ વહી રહ્યું હોય ત્યાં તેને કાંઇક અથડામણ કે આડ-ખીલી હોય એમ લાગે છે.

પાણીનો એક વહેળો જમીન પર પોતાનો માર્ગ કરી વહી રહ્યો છે. તેનું વહન એકધારૂં છે. વચમાં પત્થર, પહાડ, ટેકરો કે ક્ષેપક પદાર્થ નથી આવી પડતો, તો શા માટે વહન બદલાય અથવા દ્વિધા થાય? અને જો થયું છે તો પછી નિયત માર્ગેથી દિલ બીજે લાગવાને કોઇ કારણ જરૂર છે.

આ પ્રશ્નને માટે આપણે શાસ્ત્રોના દાખલા વચમાં ન લાવીએ અને સિદ્ધાંતની દૃષ્ટિએ જોઇએ તો સ્ત્રીઓનાં દીલ દ્વિધાવાળાં કયારે બને છે? તેનાં ત્રણ કારણો મુખ્ય છે: (૧) પુરૂષ પુરૂષત્વહીન અથવા ઓછપવાળો હોય તો. (૨) જોઇતાં સાધન–સાહિત્ય, વૈભવવિલાસ, રાગરંગની ઉણપ નહિ નિભાવી શકનાર વામા બીજે મીટ માંડે છે. (૩) બન્ને બાબતની પુરતી હોય તો પણ વિચારો અને વર્તનની અસામ્યતાને લીધે પણ સ્ત્રી વિપથગામિની બને છે. વિચારો અને વર્તન જ્યારે સામેનું પાત્ર બરાબર ઝીલી શકતું નથી એમ લાગે છે ત્યારે સ્ત્રી બીજે પ્રેમ કરે છે.

અ નામના માણુસમાં કોઈ ખોટ નથી, ખામી નથી, ઉણપ નથી, તેને તેની સ્ત્રી પૂરા પ્રેમથી ચહાય છે, અરસપરસ એકદિલી છે, તો પછી એ સ્ત્રીનો બ નામના પુરૂષ સાથે પ્રેમ શા માટે ? એ એક ન નિવારી શકાય એવો પ્રશ્ન ઉભો થાય છે. એ પ્રેમ કેમ, કેવા સંજોગોમાં અને શા કારણે થયો ? શું એ પ્રેમની પાછળ ગત જીવનની કોઈ ગાથા સમાયેલી છે ? કે બ માં એ બાઈ કાંઈ વિશિષ્ટતા જુએ છે ? અને એ વિશિષ્ટતા અ માં નથી એ કારણે શું એ સ્ત્રી બ માંથી તેની પુરતી કરી લે છે ?

અને જો એમાંહેનું કોઈ પણ કારણુ નથી, પરંતુ સ્વાભાવિક ખેંચાણે બ સાથે તેની દિલલગી થઈ છે, તો પછી એ જ સ્ત્રીને આવતી કાલે કોઈ क સાથે કેમ જોડાણુ નહિ થાય ? અને પછી અ પ્રત્યે, બ પ્રત્યે ને क પ્રત્યે પુરતી મમતા, સરખો પ્રેમ અને સાચું દિલ એ બતાવશે, તો પછી એ સ્ત્રીમાં અને મુંબઈના ગોળપીઠા ઉપર રહેતી પફપાઉડર લગાડનારી નારીમાં ફરક કેટલો ને કેવો ? અને પછી છૂપા વ્યભિચારની વ્યાખ્યા આ સ્ત્રીની ઉપર ન લગાડીએ તો બીજે ક્યાં અને કોના ઉપર લઈ જઈ મૂકી શકાય ?

હિંદની સ્ત્રીઓ આવી રીતે દિલના આવેગોને માર્ગ આપે તે કરતાં તો વિદેશી સ્ત્રીઓ વધુ વખાણુવા લાયક ગણાય. ત્યાં અ સાથે લગ્નગાંઠથી જોડાયા બાદ બ પાછળથી મળી આવે અને જો ત્યાં દિલ લાગે તો એ સ્ત્રી અ સાથે છુટાછેડા કરાવી લે !

પરંતુ અ અને બ એક સાથે એક સ્ત્રી ઉપર પ્રેમ કરે છે અને અપનાવે છે, તેમાં પ્રાણુવિનિમય, વિચારવિનિમય અને રક્તકણુવિનિમયનું સંકરત્વ ઉભું થાય છે. એ નારીએ ઉત્પન્ન કરેલી પ્રજા એ ક્યા પિતાની હોઈ શકે ? તેમાં કોનાં રક્તકણો વધુ પ્રમાણુમાં હોય ? એ પુત્ર કોનો ગણુવો ? નાગરનો કે સાગરનો ? અને પછી વર્ણસંકર પ્રજા ક્યાં શોધવા જવી ?

હું તો આ સ્ત્રીને વેશ્યાથી પણ વધુ પતીત ગણું. ભલે બીજી નજરથી જોનાર આ બાબતને વધુ ગુનાહિત ન ગણે. પરંતુ એક મિયાનમાં બે તલવારો કદાપિ સમાતી નથી.

ત્યારે એક પ્રશ્ન ઉઠશેઃ પુરૂષ એક સાથે બે સ્ત્રીઓ શા માટે અપનાવી શકે? ગુનાહિત તરીકે તો પુરૂષ પણ સરખો જ જવાબદાર અને અપ્રામાણિક છે. છતાં કુદરતે જ તેનો ગુન્હો એક રીતે હળવો બનાવ્યો છે. કારણ કે એ દાતા છે, સ્ત્રી ભોકતા છે. ઉડાડેલી ધૂળ જેની ઉપર પડે છે તેને વધુ અપવિત્ર બનાવે છે. ઉડાડનારનો માત્ર હાથ ખરડાય છે, જેની પર પડે છે તેનું સર્વાંગ ખરડાય છે. હાથની સફાઇ કરતાં સર્વાંગને જેટલી વધુ વાર લાગે છે, તેટલું જ સ્ત્રી અને પુરૂષના વ્યભિચારીપણાની બાબતમાં સમજવું જોઇએ.

મને તો લાગે છે કે આએ પહેલાં પોતાની ઉણપ તપાસી જઇ આમાં જે મળતું હોય તે પોતાનામાંથી મળે એવો પ્રયાસ ઠંડે કલેજે કરીને પત્નીના દિલના થયેલા ટુકડાને સાંધી, એક તરફ વાળવું જોઇએ. બાકી વ્યભિચારની વ્યાખ્યા ગમે તેટલી સુંદર હોય, એ પ્રેમના રૂપમાં પરિણમતી હોય, તો પણ આખરે વ્યભિચાર એ વાસ્તવિક વ્યાપાર નહિ બની શકે. બાકી જો ભર્તૃહરિનાં વચનો સંભારીએ તોઃ

હું જેનું ચિંતવન કરૂં છું તે પિંગળા મારાથી વિરક્ત રહે છે અને અન્ય (ઠાણીયા)ને ચાહે છે. એ (ઠાણીયો) તે(પીંગળા)ને નથી ચાહતો, પરંતુ બીજી (વેશ્યા)ને જ ઇચ્છે છે અને બીજી (વેશ્યા) મારા ઉપર પ્રેમ કરવા ધારે છે! એટલે ધિક્કાર હો તેને, તેણીને, મને અને કામદેવને!

*

(૨૧૫) વિજયવંતી બહેન-મુંબઈ

પત્ર મળ્યેા, બહેન ! આપના પત્રમાંથી થેાડાક ફકરા ઉતારીને પછી તેનેા ખુલાસેા કરીશ !

'વૈદ્યરાજ, શું આપ ખરેખર માનવકલ્યાણની ભાવના દિલમાં રાખી, શરણાગતના સુકાયેલા સમુદ્રમાં મીઠી વીરડી નીપજાવેા છેા ? તેા પછી આપની આ દુઃખી આર્ત પુત્રી પિતાની પાસે વાત્સલ્યથી ભરેલેા માર્ગ માગે છે તે આપશેા ને ?

'હું કૅાલેજમાં અભ્યાસ કરતી હતી. ખીલતી જુવાની અને યૌવનની મદભરતી ભરાતી જતી હતી. એ વખતે એક યુવાન કૅાલેજીયન સાથે પ્રેમ પેદા થયેા. બીજા રૂપમાં કહું તેા હૃદયમાં જલતી જ્વાલાની ચીનગારી રેાપાઇ. છતાં હું શારીરસંબંધથી કદાપિ ભ્રષ્ટ થઇ નથી. અને એ મારી સચ્ચાઇ હું ખરા દિલથી રજુ કરૂં છું. આપ માનશેા ? કદિ પણ નહિ માનેા.

'પ્રેમઘેલી બનેલી કુમારિકાએા આજે અરણ્યમાં જલતા મૃગજળને સાચાં માની તૃષા છીપાવવા દેાટ મૂકે છે. તેના કુમળા માનસમાં એ સંકલ્પ સ્ફુરતેા નથી કે થેાભી જા, દર્દઘેલી ! સમાલ, આતપભૂમિની ઉષ્ણ જ્વાલાને જળનાં સરેાવર નહિ કલ્પતી !

'એ દશા મારી હતી. મેં એક પ્રેમમસ્તીનેા પત્ર એ યુવાનને લખ્યેા. શું લખ્યું એ આપને લખી આપના પવિત્ર આત્માને નહિ છંછેડું. માત્ર એટલું કહીશ કે એ પત્રમાં મેં સ્વત્વ ગુમાવી દીધેલું.

'સમય વિત્યેા : માતા, પિતા, કુળમર્યાદા નજર સામે આવવા લાગ્યાં. ઈંટર કલાસનેા અભ્યાસ કર્યા પછી કૅાલેજ અને કૅાલેજના જગતથી અળગી બની. બાવીશ વર્ષની ઉમરે એક શાનદાર યુવાન સાથે મારાં લગ્ન થયાં. એને વર્ષ વીતી ગયું છે, પતિ દિલનેા દિલાવર, ખાનદાન અને પત્નીને સાચી અર્ધાંગી સમજનાર મળ્યો છે. આજે હું એનામાં સમાઇ ગઇ છું. મારૂં જગત અને જીંદગી એને ચરણે મેં મૂર્યાં છે. હું મને ભાગ્યશાલી માનું છું.

'પરંતુ દેવ, હવે જ મારા ગુલાબની પત્તીમાં ખુંચતા ત્રીશૂલની કથની કહું છું અને એના જ દુઃખે હું આપને શરણે આવી છું.

'મારી કૉલેજજીવનની સ્થિતિમાં જે યુવાનને મેં પ્રેમપત્ર પાઠવેલો તે તેણે સંઘરી રાખ્યો છે. મારાં લગ્ન થતાં સુધી એણે કોઇ પણ પ્રકારની ઉપાધિ કરી નથી. પરંતુ લગ્ન થયા પછી એ યુવાને મારા ઉપર તીરંદાજી આદરી છે. એ હમણાં હમણાં મને વારંવાર પત્ર લખે છે અને આગળનો પ્રેમ નિભાવવા દબાણ કરે છે, મારી પાસે પૈસા માગે છે અને મારી મુશ્કેલી વધતી જાય છે. જો હું એની ઇચ્છાઓને સંતોષું નહિ તો તે મારો પત્ર મારા પતિ સમક્ષ આડકતરી રીતે રજુ કરીને અમારા સ્વર્ગીય જીવનમાં વિષ ઢોળવાની ધમકી આપે છે. આ દુઃખ છ મહિનાથી હું સહી રહી છું. આજ સુધી કોઇ આ હકીકત જાણતું નથી, મારાથી કહી શકાતું નથી, મારો પત્ર તેની પાસે છે તે સત્ય છે અને તેનું લખાણ મારા પતિની નજર સામે જતાં અમારાં હૃદયસંધાન અને પરસ્પરનો જીવનમેળ કલુષિત થવાની મને ભીતિ છે. હું કબૂલ કરૂં છું કે લગ્ન પહેલાં હું મનથી પવિત્ર નથી રહી શકી. પરંતુ શરીરથી સંપૂર્ણ પવિત્ર છું એ ઇશ્વરસાક્ષીએ કહું છું.

'દયાળુ દેવ, મારે શું કરવું? હૃદયમાં ખુંચેલો આ કાંટો મને બેચેન બનાવી રહ્યો છે. મને કોઇ માર્ગ સુઝતો નથી. એકાદ બે વખત મારો પત્ર પાછો આપવા મેં તેને વિનતિઓ કરી–કરાવી, પરંતુ એનો અર્થ એ થયો છે કે એ વધુ જોરથી મારીપર ત્રાસ વરતાવવા લાગ્યો છે. ખરી રીતે તો મારા ગુન્હાનો બદલો જ મને મળે છે. મારા પાપના પ્રાયશ્ચિત્ત રૂપે હું શોષાઇ રહી છું. પરંતુ આમ જીવન વિતાવવું એ મને મુશ્કેલ લાગે છે. એવો કોઇ રસ્તો બતાવો કે હું નિર્ભય બનું. પત્ર જેની પાસે છે તેને ધાક, ધમકી કે લાલચ આપવી નકામી છે. એટલે આપ સરલ ઉપાય સુઝાડો કે જેથી હું સુખી બનું અને મારા અંતઃકરણની આશીષો આપની તરફ વર્તાવું. દુનિયામાં વિશ્વસનીય સ્થાન મેં આપનું માન્યું છે. કૃપા કરી મને ઉવેખી નહિ નાંખશો. નહિતર હું હતાશ થઇ જઇશ.'

વિજયવંતી! હતાશ ન બનો, બહેન! શાંતિ રાખી માર્ગ શોધો. તમારાથી એક ન નિભાવી શકાય એવી ગંભીર ભૂલ થઇ છે. પરંતુ ભૂલ કરનાર ભૂલને ભૂલ રૂપે જોતો જ નથી. અને જો ભૂલ રૂપે એ જોઇ શકે તો એ ભૂલ કરે જ નહિ. એથી જ તત્ત્વચિંતકો કહે છે: 'મનુષ્ય ભૂલને પાત્ર છે.'

તમે જે ભૂલ કરી તેનો ઠપકો આપી; તમને વધુ વ્યથિત કરવા માગતો નથી. પોતાની ભૂલનું ફળ તો આપ સહી રહ્યાં છો. આજની કુમારિકાઓ 'ધી લવ!'–'ધી લવ'ની હોલિકા તરફ વહી રહી હોય તે વખતે તમારો કિસ્સો જાણીને પણ પોતાના પગની ગતિ થોડીક હળવી બનાવશે, થોડોક આંચકો અનુભવશે, તો પણ હું માનું છું કે કોલેજીયન જગતમાં તેમનાં મદઘેલાં–મોહઘેલાં ચક્ષુઓ ખુલ્લાં બનશે.

આજના છુટછાટવાળા અને સ્વતંત્ર બનતા જતા જીવનમાં આવા કિસ્સાઓ પડદા પાછળ અનેક બનતા રહે છે. પરંતુ દટાયેલા અગ્નિમાંથી એકાદ તણખો ઉપર તરે છે ત્યારે જ કંઇક આંખો ચમકી ઉઠે છે.

બહેન, તમારે માટે મને તો હવે એક જ માર્ગ સુઝે છે. તે કપરો છે. છતાં હું સત્ય માનું છું અને એ સત્ય તરફ જવા તમને પ્રેરૂં છું. મને વિશ્વાસ છે કે એનું ફળ તમોને હાનિરૂપ નહિ નીવડે.

તમે પેલા અધમ વૃત્તિના યુવાન સાથે એક વાર મનથી પ્રેમ કર્યો છે, દેહથી નહિ, એ કેવળ સત્ય છે. એ પ્રેમ વખતે તમારી દૃષ્ટિ એક જ માર્ગે દોરાયેલી હતી અને તમોએ પત્ર લખેલો તે પણ સત્ય જ ઘટના છે. એ પત્ર જાહેરમાં આવતાં અને ખૂલ્લો પડતાં તમોને વધુમાં વધુ હાનિ તમારા પતિ તરફથી છે એમ તમે માનો છો અને એ ખોટું પણ નથી: પુરૂષત્વથી વિભૂષિત હરેક મનુષ્ય પત્નીને પવિત્ર જોવા અને માનવા હરેક ભોગે આતુર હોય છે.

માતા, તું જાણે છે કે કોઇ પણ વિષયને આપણે જેટલો વધુ વખત નિભાવીએ છીએ તેટલો જ તે વધુ ભયંકર બને છે. દુષ્કાળની આગાહી કરતાં દુષ્કાળનું વહન હળવું હોય છે એ અનુભવીઓની યાદી છે.

પકડાઇ જવાની ભીતિવાળો ગુન્હેગાર જ્યારે ચોરીછુપીથી ભાગતો ફરતો હોય ત્યારનું તેનું મન–બદન અને ગુન્હા સાથે સ્વયં મેજીસ્ટ્રેટ સામે રજૂ થનારનું મન–બદન અલગ રહે છે.

એક સુંદર મોકો જોઇને શાંત ચિત્તે અને અસત્યથી રહીત સત્ય ઘટના તું તારા પતિ પાસે શા માટે રજૂ ન કરે? રજૂ કરવાનો સમય અને તે વખતનું સ્થાન એક અકલ્પિત ભયથી તારા ઓષ્ટ અને હૃદયને ધ્રુજાવી મૂકશે, છતાં ઇશ્વર સત્યનો બેલી છે એ ન ભૂલીશ. જો તેં તારા પવિત્ર આત્માને મન, કર્મ, વચનથી એક જ મંદિરમાં સ્થાપી દીધો છે, દેહથી તું પવિત્ર છે, જીવનની ગત ગાથાનો તને પશ્ચાત્તાપ છે, તો તું ખરેખર એક પૂર્ણ પવિત્ર ચંદ્રમાની રાત્રિ છે અને એ તારા સાચા તેજપુંજના પ્રકાશમાં, તારો પતિ ખરો મર્દ હશે તો સ્નાન કરી લઇ તારી અલ્પ ભૂલની જરૂર માફી આપશે.

જરીએ સંકોચ કરીશ નહિ, કશી વાત છુપાવીશ નહિ. પેલા યુવાનના પત્રો પતિ પાસે તું જરીએ ભય વિના રજૂ કરી દે. કોલેજમાં શું બન્યું તે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સંભળાવી, ભૂલનો પશ્ચાત્તાપ વ્યક્ત કરીશ તો તારા પતિની તારા પ્રત્યેની મમતા જરીએ ઓછી નહિ થાય. દેવી, પુરૂષો ક્યારેક મનની ભૂલોને નીભાવી લે છે અને એટલી ઉદારતા તેમનામાં જરૂર હોય છે.

આ સિવાય બીજા રસ્તાના પ્રયત્નો તને વધુ ઉદ્વિગ્ન માર્ગ તરફ લઇ જશે, છુટવાના માર્ગો તને બાંધી લેશે અને છુપો તરફડાટ તને વધુ દોષિત બનાવશે. ભગવતી, ફળ ઇશ્વરને આધીન રાખી, સાચા માર્ગ તરફ જા, જરૂર સુખી થઇશ, અને પછી પતિ પાસે કદાપિ તારો પ્રેમપત્ર આવી પડશે તો પણ પતિના હૃદયમાં ખળભળાટ મચાવનારો એ બોમ્બગોળો નહિ બને. માત્ર એ એક હલેસું જ જ્યારે ત્યારે બનશે. એકાદ આંદોલન જગાવી એ સદાને માટે સમાઇ જશે.

*

(૨૧૬) મર્કટ મનનો બાલક

ભાઈ, તારો પત્ર મળ્યો. ફાડી નાંખતો હતો, પણ મને લાગ્યું કે તું જવાબની કાગડોળે રાહ જોઈશ, અને તારો પત્ર તો ટોપલીને સ્વાધીન થયો હશે !

તને જવાબ ક્યા શબ્દોમાં આપું ? એવા કડક શબ્દો હું લખી શકતો નથી કે જે સીધા તીરની માફક ભોંકાય !

રસ્તે ચાલતાં સ્ત્રીઓને નિહાળતાં તારો કામદેવ તને સતાવે છે. એનો ઉપાય હું શું બતાવું ? પારધીનાં તીર સામે, કિલ્લોલ કરતા પક્ષીને કયાં ખબર છે કે મારો પ્રાણ તીરની તિક્ષ્ણ અણીથી સદાને માટે વિલીન થવાનો છે ! હિંદના તારા જેવા યુવાનો આ તરફ જ વહી રહ્યા છે ! કમભાગ્ય છે દેશનું અને બાલકો ઉપર કુસંસ્કાર નિપજાવનાર કુટુંબોનું ! અણછાજતા વિનાશી વિચારોના વમળમાં તણાતા મારા દેશના ખીલતા યુવાનોનાં માનસ જ્યારે ડામર જેવી કાળાશથી લીપ્ત થશે ત્યારે હિંદની સંસ્કૃતિ અને પ્રાચીન સુસંસ્કારિતા કેટલે દૂર જઈ પડી હશે ? જવા દે, બાળક યુવાન ! અગ્નિની સમીપે જવું ! શા માટે તું તારા હીર, નૂર અને જીવનનું સત્યાનાશ નિપજાવવા, ગટરની ગંદી બદબો તરફ વહી રહ્યો છે ? જેનામાંથી તું જગતમાં પગરણ કરી શકયો છે, એ પણ સ્ત્રી જ છે. તો તું તમામ પરસ્ત્રીઓને માતાની ભાવનાથી શા માટે નથી જોતો ? વીરા, ખાટલાની ઇસ અને ઉપળા વચેનો માંકડ બની ચપટીમાં ચોળાવાની ઇંતેજારી છોડ અને મનુષ્યના ઉચ્ચ સંસ્કાર તરફ મીટ માંડ. દયામય ઇશ્વર તારૂં કલ્યાણ કરશે. સદ્દબુદ્ધિ આપે તને જગતનો નિયંતા ! વિશેષ તો શું લખું ?

*

(૨૧૭) પ્રમેહથી પીડાતા અકબરઅલ્લી–મુંબઇ

પરમાનો વ્યાધિ ચેપી છે, ભાઇ ! એનો ઉપાય 'બહુરૂપી'માં બતાવું એ તમારી ઇચ્છા છે. પરમો એક જ ઉપાયથી મટતો નથી. કારણ કે પ્રમેહ જુદા જુદા રૂપમાં જુદી જુદી રીતે થાય છે. પ્રાથમિક અવસ્થાનો પ્રમેહ અને જીર્ણ રૂપ (જુનો થયેલો)નો પ્રમેહ એ બન્નેની સારવાર અને ઉપાયમાં ફરક છે. માત્ર પ્રમેહનો ઉપાય લખવાનું કહીને માર્ગ પૂછવો એ ઠીક નથી. છતાં આપને 'રખે વહેમાતા' પુસ્તક વાંચી જવાની ભલામણ કરૂં છું. તેમાં પ્રમેહના વ્યાધિની સુંદર અને સચોટ ચર્ચા કરી છે, ઉપાયો અનેક બતાવ્યા છે. એમાંથી જાણવાનું તથા ઉપાયો આદરવાનું ઘણું સહેલું અને સસ્તું છે. ગરીબોને ભારે ન પડે તેવા સરલ ઉપાયો આપ જાતે એ પુસ્તક ઉપરથી મેળવી શકશો.

*

(૨૧૮) પ્રેમચંદ શાહ—અમદાવાદ

મગજ ભરવાનો ઉપાય માગો છો. લ્યો ત્યારે બિરાદર, જરૂર કરજો હોં. ખરેખર અજમાવવા જેવો અજબ ઉપાય છે :

કોપરૂં તો. ૨, બદામ નં. ૪, એલચી દાણા ૨. અરધા શેર દુધમાં ટોપરૂં વાટો અને બદામ પણ વાટો. જેટલું બારીક બનાવશો તેટલું સારૂં. અરધા શેર દુધ સાથે વાટીને તૈયાર કરેલ બદામ ને ટોપરાને કપડાથી ગાળી લઇ અંદર એલચી વાટીને નાંખો. જરીક સાકર નાંખશો તો પણ વાંધો નથી.

આ એક ઉંચા પ્રકારનું દુધીયું છે. સવારના પી જાઓ અને દરરોજ પીઓ. એકાદ બે મહિના લેશો તો મગજ ભરાશે, આંખોએ અમી આવશે, ઉપરાંત શરીરનું વજન વધશે. એ આપણું અનામિષીઓનું ઉંચા પ્રકારનું કોડલીવર ઓઇલ છે, સમજ્યા ને ?

બીજો પ્રશ્ન આંખ સામે કાળાં તીમીર દેખાય છે એ માટે ડોક્ટરે કહ્યું કે એ તો તમારો વહેમ છે ! હું કહું છું કે ના એ

રોગ છે. વૈદકશાસ્ત્રમાં એને તીમીર કહે છે. આંખ ખુલ્લી હોય ત્યારે નાનાં બિંદુઓ કાળાં આંખ સામે તરતાં જણાય છે. એ માટે ઉપાય છે: આંતરડાની ગરમાઇ દૂર કરવા ત્રીફળાં રાત્રે ફાકો અને ચોખું એરંડીયું (દીવેલ) આંખમાં આંજો. થોડા વખતમાં દૂર થશે.

*

(૨૧૯) સોમાલાલ-કંજરી

પત્ર મળ્યો. આપનો પ્રશ્ન છે કે હરીફાઇને જુગાર અથવા લોટરી કહી ન શકાય?

જુગાર–લોટરી અને હરીફાઇમાં ભેદ છે. લોટરીની એક ટીકીટ લીધી. પછી કશું કરવાનું રહેતું નથી. ભેગી થયેલી હજારો–લાખો ટીકીટોમાંથી જેની ટીકીટ સહુથી પહેલી ખેંચાય તેને પહેલું મોટામાં મોટું ઇનામ મળે. પાનાં, પાસા કે ચક્કર આદિ જુગારમાં પણ એવું જ છે. તેમાં તમારી બુદ્ધિ કે યત્નને સ્થાન જ નહિ.

હરીફાઇમાં એમ નથી. આંકડાની હરીફાઇ હું જોઉં છું. તેમાં મને બહુ શ્રદ્ધા નથી. તેમાં ખાસ બુદ્ધિની કસોટી પણ નથી. જુદી જુદી રીતે ફેરવીને આંકડા જુદા જુદા ખાનામાં મૂકવા જેટલી જ તકલીફ લેવાની. એમ કરવાથી ઝાઝાં પ્રવેશપત્રો ભર્યાં હોય તે માંહેનું એકાદ કદાચ ખરૂં પડી જાય.

પરંતુ શબ્દચોરસની હરીફાઇમાં એવું નથી લાગતું. 'બહુરૂપી'માં શબ્દચોરસની હરીફાઇ પ્રગટ થાય છે તે હું જોઉં છું. હું તેમાં ભાગ લેતો નથી, પણ તેની ચાવીઓ વાંચું છું, શબ્દો મેળવું છું. તેની અંદર આપેલી ચાવી ઉપરથી શબ્દ નક્કી કરવાનો હોય છે. તેમાં તમારે તમારા મગજને કસવું પડે છે, બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરવો પડે છે, જમાનાને ઓળખવો જોઇએ છે, આસપાસના વાતાવરણનો, દેશ, કાળ, અવસ્થા, માનસનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ છે. એ રીતે પૂરો વિચાર કરીને જે શબ્દ તમે નક્કી કરો તે જરૂર સાચો નીવડે. તમે ત્રણ કે ૭ પ્રવેશપત્રો ભર્યાં હોય, તેમાંથી એકાદ પ્રવેશપત્ર

તદ્દન ખરૂં કે ઓછામાં ઓછી ભૂલનું મળી આવે; જ્યારે ચાલીશ, પચાસ, સો કે બસો પ્રવેશપત્રો ભરનાર હરીફ પોતાના દષ્ટિબિન્દુને કારણે ભરેલા જુદા શબ્દોથી ઇનામ મેળવવામાં સફળ ન પણ બને.

હા, દરેક હરીફાઇના સંપાદકમાં પ્રામાણિકતા હોવી જોઇએ. ગમે તે લેભાગુ માણસ અમુક નામ આપીને હરીફાઇ શરૂ કરી દે, તેના સંચાલકનું નામ જાહેર ન કરે તો તેની ઉપર જનતાનો વિશ્વાસ ન બેસે તે સ્વાભાવિક છે. પરંતુ પ્રામાણિકતાપૂર્વક સંપાદિત થતી હરીફાઇમાં ભાગ લેવો તે બુદ્ધિનો વિકાસ કરવાનું, મગજને કસોટીએ ચડાવવાનું, કલ્પનાને ખીલવવાનું, માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરવાનું એક સરસ સાધન છે.

'બહુરૂપી'માં હરીફાઇ શરૂ થયા પછી અનેક ભાઇ–બ્હેનો શબ્દચોરસ ભરી મને પૂછવા આવે છે: 'વૈદરાજ! આમાં તમારો શો મત છે?' અનેક કુટુંબોનાં સ્ત્રી–પુરૂષોને નિવૃત્ત સમયમાં એકઠાં થઇ 'બહુરૂપી'ના શબ્દચોરસમાં પૂરવાના શબ્દો માટેની ચાવીઓની ચર્ચા કરતાં મેં જોયાં છે. એથી તેમનો નવરાશનો સમય ખાલી ખોદણી કે રખડપટ્ટીને બદલે જ્ઞાનચર્ચા અને આનંદમાં જાય છે. તેમાં બધાંને ઇનામ ન મળી શકે એ સ્વાભાવિક છે. તો પણ મોજ તો જરૂર મળે છે, અને કોઇ વાર મોટું ઇનામ મેળવવાની તક પણ રહે છે. એટલે હું માનું છું કે વિશ્વાસપાત્ર, પ્રામાણિક અને પ્રતિષ્ઠિત સંચાલકની દેખરેખ નીચે ચાલતી આવી શબ્દચોરસની હરીફાઇમાં વાંધો નથી. તેને જુગાર કે લોટરી કહી શકાય જ નહિ.

કઇ હરીફાઇમાં ભાગ લેવો યા ન લેવો એ તો હરીફની પોતાની મરજીની વાત છે. એટલું ખરૂં કે એક હરીફ દરેક વખત કોઇ પણ હરિફાઇમાં ઇનામ મેળવી જ શકે એવું બનતું જોવાતું નથી; પરંતુ આનંદ, જ્ઞાન અને બુદ્ધિનો વિકાસ તો બુદ્ધિમાન્ સંપાદકે તૈયાર કરેલ શબ્દચોરસની ચાવીઓની ચર્ચા દ્વારા તે જરૂર મેળવી શકે છે.

*

(૨૨૦) સુશીલા બહેન-મસોકો (આફ્રિકા)

પત્ર મળ્યો, બહેન! તમારા ત્રણ પ્રશ્નો છે: (૧) શરીર સફેદ છે પણ ફીકું જણાય છે, તેને તેજસ્વી અને લાલીમાવાળું કેમ બનાવાય? (૨) ગળું સુરીલું અને મધુર કેમ બને? (૩) પડી જવાથી નાક પહોળું થઇ ગયું છે, તેને સરખું ને સીધું કેમ બનાવવું?

(૧) શરીરમાં જો પુરતા પ્રમાણમાં લોહી હોય છે તો ચામડી તેજસ્વી અને લાલીમાવાળી લાગે છે. સફેદ ચામડીવાળા શરીરમાં જ્યારે લોહીની ઓછપ હોય છે ત્યારે ફીકાં અને પીળાં જણાય છે. એટલે તમારા શરીરમાં લોહીનાં રજકણો લાલ વધારે થાય અર્થાત્ લોહનાં તત્ત્વો શરીરમાં વધે તેવા પદાર્થો અથવા દવાઓની જરૂર છે.

આપણા ચાલૂ ખોરાકની ચીજોમાંથી લોહ વધુ પ્રમાણમાં કેરી, ટામેટાં, તરણુચ, સુકો મેવો અને પાંદડાંવાળાં શાકભાજીમાંથી મેળવી શકાય છે. એટલે એવા પદાર્થો આપ વધુ પ્રમાણમાં લ્યો. એથી લાલાશ શરીરમાં આવી જશે. દવામાં મંડુરભસ્મ, લોહભસ્મ અથવા અભ્રકભસ્મ એ ત્રણમાંથી એકાદ દવા બે રતી દર વખતે એટલા જ પીપરના બારીક ચૂર્ણ સાથે મધમાં ચાટવાથી લોહીનાં રજકણો વધુ લાલ બને છે અને તેજસ્વીતા આવે છે. આવી દવાઓ ચાલતી હોય ત્યારે દુધ, ઘી, મલાઇ માખણ, વધુ ખાવાં જોઇએ.

(૨) ગળું સુરીલું કે મધુર બનાવવા માટે બહારના ઉપાયો કોઇ પણ ગળાને ગાઇ શકે તેવું બનાવી શકતા નથી. સંગીત અથવા ગાયનની હલક પેદા થવી એ કુદરતી બક્ષિસ છે. છતાં ગળું સાફ થઇ, અવાજમાં કોમળતા લાવવા માટે:

સાકર, એલચી, જેઠીમધ, ઇલમેટનાં ફુલ, જેઠીમધનો શીરો, આદીયાન એ બધાં સરખા વજને મેળવી પાનના રસમાં ઘુંટી, ગોળી

મોઢામાં રાખી, રસ ચુસવાથી ગળું કોમળ બને છે. હિંગ, તેલ, મરચાં, સોપારી વગેરે સંગીતપ્રેમીએ ખાવાં ન જોઇએ.

(૩) પડી જવાથી નાક બેસી ગયું. તેને વૈદ્યકીય ઉપાયોથી સુધારી ન શકાય. એ તો એવું જ રહેવાનું. બ્હેન ! નાનપણમાં આવેલી ખોટ આટલા વરસ પછી કેમ સુધરે ? કોઇ સમર્થ સરજન ઓપરેશનથી સરખાઇ લાવી શકતો હોય તો ભલે.

*

(૨૨૧) અમલનેરના હિમતભાઇ

તમે સુકાતા જાઓ છો. તમારા મોટા ભાઇ, માતા, પિતા પૂછ્યા કરે છે કે તમે સુકાતા જાઓ છો ? તમારે શો જવાબ આપવો એ મને પૂછો છો. સાથે હસ્તમૈથુનની આદત છોડી શકતા નથી. તમે જાણો છો કે એ આદત તમને સુકવે છે અને મરદાનગીમાંથી માયકાંગલાપણામાં લઇ જાય છે. હવે તમે શું કરો ? માતા પિતાને કહો કે ' હું મરવાના પયગામ તરફ જઇ રહ્યો છું. જ્ઞાન બુદ્ધિ અને વાચન મને ખોટી આદત છોડવા સમજાવે છે, છતાં હું છોડી શકતો નથી એટલે હું રીબાઇને મરીશ. ' એમ કહી દેવું. ભાઇ ! બીજું હું તમને શું કહી શકું ? તમારા હાથ ઝાલવા મારાથી થોડું જ અવાય એમ છે ? હું તો વારંવાર પોકારીને કહું છું કે ખોટી રીતે થયેલો વીર્યપાત મનુષ્યને નપુંસકતા, નિર્બળતા અને મૃત્યુ તરફ ધસડનારો છે. માનો યા ન માનો તમારી ખુશી, બિરાદર ! જો એ દુષ્ટ આદત બંધ કરી, સાત્ત્વિક, પૌષ્ટિક ખોરાક શરૂ કરો તો મહિનામાં પુનઃ સાજામાજા બની જાઓ. બાકી આમ રોદણાં રડો અને ખાલી આશ્વાસન મેળવો તેથી કશો સક્રિય લાભ નહિ થાય. પુરૂષાર્થ તો કરવો જ જોઇએ.

*

(૨૨૨) સુરતના રમેશભાઈ

આપે પત્ર લખ્યો ત્યારે ઉંઘમાં તો નહોતાને ? માથા ઉપર વાળ ઉગે છે તેને કપાવી નાંખો છો છતાં ફરી ઉગે છે. તમને એ પસંદ ન હોઇ મૂળમાંથી કાઢવાનો ઉપાય માગો છો :

માનવીઓને માથામાં વાળ જ ઉગે એ તો આપ જાણો છો : કોઇને માથે કાંઇ ઝાડ નથી ઉગતાં ! માટે વાળ તો તમે રોજ કઢાવશો તો રોજ ઉગવાના જ અને વાળંદભાઇઓને ખટાવવાના. મૂળમાંથી માથાના વાળ જાય તેવો ઉપાય હું નથી જાણતો. મળી જશે ઉપાય બતાવનાર વળી કોઇક, તે દિવસે મજાની ટાલ પડશે માથામાં, જે ઝગારા મારતી હશે. વાળ ન ગમે તેને ટાલ ગમે. પણ તમારી ટાલ પાડતાં મને નથી આવડતી, એટલે હું તમને શું બતાવું ?

*

(૨૨૩) 'અપૂર્ણ આદમી'—કલકત્તા

અહોહોહો ભાઇ ! કાગળનો પ્રારંભ પણ કેવો કર્યો ? તમે લખો છો કે પેન્સીલ ઉપાડતાં મૃત્યુને ભેટવાનું મન થઇ જાય છે ! એ વાંચીને મારૂં હૃદય ધ્રુજી ઉઠયું. અરે ભગવાન ! વળી આ મૃત્યુને ભેટનાર ક્યાંથી આવી પડયા ? 'બહુરૂપી'માં એમના પ્રશ્નનો જવાબ પ્રગટ થાય ત્યાં સુધીમાં મૃત્યુને ભેટી ન પડે તો સારૂં. પણ પછી તો આગળ વાંચતાં આજના યુવાનોને લાગુ થયેલ પાગલતાના જેવા જ દરદી તમે જણાયા અને મારો જીવ ખાળે બેઠો.

વાત તમારી એમ છે કે તમે ૨૧ વર્ષના જુવાન છો અને માતાપિતાએ સગપણ કર્યું છે, એમાં તેમણે ખોટું શું કર્યું ? ભલે

ક્યું–પણ તમને પ્રશ્ન એ મુંઝવી રહ્યો છે કે તમારી જનનેન્દ્રિયની લંબાઇ પાંચ ઇંચની જ છે! તેનું શું? એથી તમે ગભરાઇ ગયા છો, મુંઝાઓ છો અને શરણે આવ્યા છો. પાહીમામ, પાહીમામ, પાહીમામ, પુકારતા ઘેલાભાઇ! કલેજું કાબુમાં રાખો અને સાંભળોઃ કુદરતે જે આપ્યું છે તે બરાબર છે. થોડીક અપૂર્ણતા હશે તે પત્ની મળ્યા પછી દૂર થઇ જશે. ખાલી પાગલવેડા કરો નહિ. વાંદરાના ઘાની માફક તમને કાંઇ જ નથી. છતાં નકામા હેરાન ન થાઓ, ક્યાંક છેતરાઇ પડશો અને પૈસાનું પાણી કરી 'ધાતુપુષ્ટિ'ના બજારમાં ફસાઇ જવાશે, વીરા! તમારામાં જરીએ ઉણપ નથી.

*

(૨૨૪) ગીરજાશંકરભાઇ–મહુવા

બીડી પીવાથી નુકસાન થાય છે એવું તમો જાણો છો, મારા તરફથી અભિપ્રાય મળ્યો છે, પણ બીડી છોડી શકતા નથી. જ્યારે ને ત્યારે હાથમાં આંગળીઓ વચ્ચે બીડી પકડી પીધા કરવાનું આદત રૂપે થઇ ગયું છે. શું કરવું તેનો ઉપાય માગો છો.

જાણવા છતાં જે વ્યસન છોડી ન શકે તેનો ઉપાય શો? મને લાગે છે કે તમે એમ કરોને! તમે બીડીના જેવાં ખાલી કાગળનાં ભુંગળાં બનાવી રાખો અને રસ્તે ચાલતાં આંગળી વચ્ચે કાગળનું ભુંગળું રાખી આદત પ્રમાણે મોઢે લગાડો અને રસના ઘુંટડા ઉતારો! તમારા મનજીભાઇ રાજી થશે, હાથને આદત મળશે અને કાગળનાં ભુંગળાંમાંથી ધુમાડો નીકળવાનો નથી. ભલા એમ પણ દિલ બહેલાવી શકો છો!

*

(૨૨૫) એન. શાહ-ભાવનગર

આખા શરીરે ખુજલી આવે છે, તે માટે તમારે તેલ, મરચાં, મીઠું, બંધ કરી મોળું ખાવું અને મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ પીવો સારો છે. મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ ફાર્મસીઓમાંથી મળી શકે છે. જાતે કરવો હોય તો તેનો પાઠ 'રખે વહેમાતા'માં આપ્યો છે. તેમાંથી વાંચી નોંધ કરી લ્યો.

મેલેરીયાની સીઝનમાં ક્વીનાઇન લેવાયું હોય અને પુષ્કળ ગરમાઇ થઇ હોય તેણે દૂધ સારા પ્રમાણમાં પીવું, અને લીલી ગળોને રાત્રે માટીના વાસણમાં પલાળી સવારે તેનું હીમ કેટલાક દિવસો સુધી પીવાથી ક્વીનાઇનની ગરમાઇ નાબૂદ થાય છે. સાથે સંતરાં, મોસંબી, કેરી લેવાં. એ પણ આ પ્રકારની ઉષ્ણતા નાબૂદ કરવાનો સરસ ઉપાય છે.

પ્રથમ ભાગ સંપૂર્ણ